मनश्चिकित्सा- विज्ञान- भूमिका

डॉ. हरद्वारीलाल शर्मा, शास्त्री
सेवानिवृत्तः निर्देशक
मनोविज्ञानशाला, इलाहबाद (उ. प्र)

श्री लालबहादुरशास्त्री केन्द्रीय संस्कृतविद्यापीठम्
नई दिल्ली

SHRI LAL BAHADUR SHAHTRI KENDRIYA SANSKRIT VIDYAPEETHA - NEW DELHI

This book is exclusively published on Bharatavani Portal (www.bharatavani.in) with permission.

संस्कृत-विद्यापीठ-प्रकाशनमालायाः ३६ तमं पुष्पम्

मनश्चिकित्सा-विज्ञान-भूमिका

प्रणेता—

डॉ० हरद्वारीलाल शर्मा, शास्त्री

सेवानिवृत्त-निदेशकः

मनोविज्ञान-शाला, इलाहाबाद (उ० प्र०)

•

प्र० सम्पादकः —

डॉ० मण्डनमिश्रः, प्राचार्यः

•

सम्पादकः —

डॉ० रुद्रदेवत्रिपाठी, आचार्यः

•

प्रकाशन-स्थानम्

श्रीलालबहादुरशास्त्री-केन्द्रीय-संस्कृत-विद्यापीठम्

शहीदजीतसिंहमार्गः, कटवारियासराय, नई दिल्ली—१६

प्रकाशकः —

डॉ० मण्डनमिश्रः, प्राचार्यः
श्रीलालबहादुरशास्त्री-केन्द्रीय-संस्कृत-विद्यापीठम्
शाहीदजीतसिंहमार्गः, नई दिल्ली–१६

●

दूरभाषाङ्काः ६५०८३१

●

प्रथमं संस्करणम् : ५०० प्रतिरूपाणि

●

मूल्यम् :

@ श्रीलालबहादुरशास्त्री-केन्द्रीय-संस्कृत-विद्यापीठान्तर्गत—
'अनुसन्धान-प्रकाशन-विभाग'स्य तत्त्वावधाने प्रकाशिता।

मुद्रकः—
घनश्याम उपाध्यायः
व्यवस्थापकः,
सम्पूर्णानन्दसंस्कृतविश्वविद्यालयीयमुद्रणालयस्य
वाराणसी।

विषयानुक्रमणिका

प्रधान सम्पादकीयम्

अयमतीव हर्षप्रकर्षस्यावसर-प्रसरोऽस्ति यदस्माकं संस्कृत-वि[illegible]पीठस्यानु-सन्धान-विभाग-प्रवर्तितायाः **'शोधप्रभा'** पत्रिकाया माध्यमेन प्रकाशि[illegible]ग्रन्थेषु-मनोविज्ञानस्य मूर्धन्य-विदुषां **डॉ० हरद्वारीलालशर्ममहाभागानां** '[illegible]**कित्सा-विज्ञान-भूमिका'** नाम्ना मौलिक-चिन्तन-विभूषितो ग्रन्थोऽयं वरेण्यानां [illegible]नां कर-किसलयेषु समर्पितो भवति ।

भारतीय-विद्या-क्षेत्रे **'शास्त्र-चिन्ता'**याः प्रारम्भकालादेवास्ति [illegible]न्यम् । तत्रापि दर्शनानां यादृशी परिमल बहुला-सूक्ष्म-विश्लेषण-सङ्कुला तत्त्व-परिज्ञान-पेशला च विमर्श-प्रणाली प्रवृत्तिपदवीं प्राप्ता न तथाऽन्येषु विषयेषु । अस्येदं न तात्पर्यं यत् पूर्वे महर्षयो विद्वांसश्च वैज्ञानिकान् विषयान् न जानन्ति स्माथवा विज्ञानं प्रति तेषामासीत् कश्चन विरोध इति ।

तथापीदं तु सत्यमेव यद् भारते नवीनपद्धत्या विविधानां विज्ञानानां नामभिः शास्त्रक्षेत्रे या चिन्तन-परम्परा प्रवहन्ती परिलक्ष्यते, सा किल पाश्चात्य-परिशीलन-प्रसारितैवास्तीति । यथाऽस्मिन् क्षेत्रे विज्ञानमधिकृत्य गवेषणा-प्रक्रियया नव-नवा आविष्कारास्तैर्वैज्ञानिक-प्रवरैर्विहितास्तथैव साहित्य-क्षेत्रे विषय-विशेषमाधृत्य नवीनया शैल्या चिन्तन-प्रक्रियाऽपि पाश्चात्य-चिन्तकैरेव पुरस्कृतेति स्वीकरणे नास्ति दोषः ।

मनोविज्ञानं नाम स्वतन्त्रं शास्त्रम् । प्रतीच्यविद्वद्भिरेतद्-विज्ञानमाश्रित्य भूयांसो विचारा भूयसीभिर्दृष्टिभिरुपस्थापिताः सन्ति । अस्मिन् विज्ञाने मनसः प्रवृत्तीनां स्थितीनां गतीनां च विचारणाः सर्वथा चमत्कारिण्य एव । अस्यैव मनसो नैर्मल्ये सति सम्भवन्ति सर्वाः क्रियाः शुभाः शोभनाः, विकृतौ चान्तरङ्गा बहिरङ्गाश्च विकारा मानवं व्यथयन्ति चेति सुस्पष्टमेव ।

अतो मानसिक्या विकृत्याश्चिकित्सा-पद्धतिरपि तैस्तैर्विद्वद्भिः परिष्कृता । सा चेयं चिकित्सा किं प्रकारिका, किञ्च तादृशस्य विकारस्योत्पत्तौ कारणं, के च ते उपायाः ? येषामाश्रयेण मानस्या रुजो निवारणं सम्भवेदिति प्रश्ना अपि सहजा एव ।

अस्य विषयस्याधिकारिकेण विशिष्टेन विदुषा श्रीमता **डॉ० हरद्वारीलालशर्म-**महोदयेन 'मनश्चिकित्साविज्ञानस्य भूमिका'रूपेण प्राच्य-पाश्चात्योभयदृष्ट्याऽतीव सरलया सरसया शैल्या सर्वं विविच्यात्र **'मनश्चिकित्सा-विज्ञान-भूमिका'यां** निवेशितमिति महती खलु तेषामेतच्छास्त्र-परिनिष्ठता प्रवीणता च ।

एतैर्विद्वद्धौरेयैर्ग्रन्थोऽयं विद्यापीठस्य प्रकाशनेषु प्रकाशनार्थं दत्त्वा वयं भृशमु-पकृताः स्मः । एतस्यै कृपायै 'राष्ट्रिय-संस्कृत-संस्थानं विद्यापीठपरिवारः सकलं संस्कृतजगच्च तेषामभिनन्दनपूर्वकं हार्दिकमाभारमूरीकरोति । आशासे नवीनेयं कृतिः संस्कृत-विद्याक्षेत्रे सबहुमानं स्थानं प्राप्स्यतीति ।

शरत्पूर्णिमा वि० सं० २०३८ **डॉ० मण्डनमिश्रः, प्राचार्यः**

विमर्श-वेदिका

(सम्पादकीया)

भारतीया मनश्चिकित्सा-पद्धतिः

'नहि ज्ञानेन सदृशं पवित्रमिह विद्यते', 'ऋते ज्ञानान्न मुक्ति'रित्यादि-श्रुति-निगदितमुपदेशं हृदि धारयित्वा तदनुकूलान्याचरणानि समाचरन्तो ज्ञान-साधनायामेव सकलं जीवनं यापयन्तो भारतीयाः प्राचीनकालादेव ज्ञानाग्निदग्ध-कर्माणो भूत्वा पारे ब्रह्मणि संलग्ना अवर्तन्त। **'ज्ञानमेव विज्ञानं विशिष्टं ज्ञान' मि**ति मनसि सम्प्रधार्य विज्ञानमप्यात्मसादकुर्वन्। **'विज्ञानं शिल्प-शास्त्रयो'**रित्यमरकोषकार-वचनानुसारं विज्ञानस्य शिल्पं शास्त्रं चेत्यर्थद्वयं स्पष्टमभूत्। शिल्पस्योपासनं नासीद् भारतीयानामभीष्टम्, यतस्तेन जीवनस्येतिकर्तव्यता न सिद्ध्यति। शास्त्राणां परिशीलनेन स्वात्मा निर्मलः करणीयः, क्षणिकैः सुखैः प्रलोभो वारणीयः, शाश्वतं तत्त्वं च प्रापणीय मित्येवाभूद् वास्तविकमभीष्टम्। अत एव ते शास्त्ररूपविज्ञान एव रममाणा आत्मनो जगतश्च कल्याणाय निरन्तरं प्रयतमाना अभूवन्।

ते स्पष्टरूपेणावगच्छन्ति स्म यत् कस्मिंश्चिदपि कर्मणि साफल्यं तावत् खपुष्पा-यितमेव भवति यावद् मनसो निग्रहणं न भवेत्। **'चञ्चलं हि मनः कृष्ण! प्रमाथि बलवद् दृढम्'** इति गीतोक्त्यनुसारं मनसश्चाञ्चल्यं सर्वानपि क्लिश्नाति स्म। तस्मादेव मनसः स्थैर्याय भूयांसो मार्गा आविष्कृताः। अस्य मनसोऽयं स्वभावो यदयं कदापि निश्चेष्टो न तिष्ठति। प्रतिक्षणं किमपि कुरुत एव। सेयमस्याः कार्यकारिता मानवं क्षणायापि शान्तिमनुभवितुमवकाशं न दत्ते। यावती यस्य कार्यकारिता तावत्येव तस्या-शान्तिः। 'अशान्तस्य च कुतः सुखम्?' **'सुखं विना जीवनमेव निरर्थकम्'** इति रीत्या सर्वतोभावेन मनसः स्थैर्याय ये मार्गा आविर्भूतास्तेषु शास्त्रापरपर्यायं विज्ञान-माश्रित्य १—ब्रह्म-चिन्तन २—तदुपासन ३—योगाभ्यासादयः प्रधानतां प्रतिपन्नाः।

वेदान्तादिशास्त्राणां चिन्तनेन ब्रह्म-चिन्तनं सम्पद्यते। श्रुत्युपनिषत्स्मृति-धर्मशास्त्राणि मीमांसा-न्यायादि-दर्शनानि तत्साहाय्यकारीणि। अयं हि मार्गो न सर्वेभ्यः सुलभ इति कृत्वा ब्रह्मोपासनामार्गः प्रकाशितः, अस्मिन् मार्गे सन्त्यनेका वीथयः। यासु गुरूपदिष्टेन विधिना विहरन्तो मानवा मनसः शान्तिमनुभवन्ति। अस्मिन् मार्गेऽपि सन्ति कठिनाः सरलाश्च प्रकाराः। भक्तिमार्गस्तत्रातिसरलः सुगमश्च। भक्तावनुरक्तो भक्तो भगवन्तमेव सर्वस्वं मत्वा तदर्चने स्मरणे कीर्तने सत्कथादिश्रवणे वा मनो नियुज्य सुखं विन्दति। भगवन्नामस्मरणान्मनो नियन्त्रणं सर्वतः सरलः पन्थाः। पुराणेष्वाख्यान-मिदमायाति--

"आसीदेको भूपालः । स स्वीयैरनुचरैः सर्वाणि सुखानि प्राप्यन्नपि सन्तुष्टिं नान्वभवत् । तत एव व्याकुल आसीद् । चिन्तयति स्म यदेक ईदृशः सेवको मिलेद् यः सर्वाणि कांक्षितानि न चिरात् पूरयेत् । चिन्तया क्षीणकायः स रुग्णतां प्राप्तः । एकदा कश्चन महर्षिस्तत्रागतः । कारणं चापृच्छदशान्तेः । तदीप्सितं च विज्ञाय स्वप्रभावात् तादृशं सर्वकार्यकरणदक्षं सेवकं प्रादात्, तेन सहैवोक्तं, राजन् ! सेवकोऽयं तव वाञ्छितानि तत्क्षणादेव पूरयिष्यति, सेविष्यते च त्वाम्', परमस्यैका प्रतिज्ञाऽस्ति, यदयं कस्मिन्नपि क्षणे विरामं न करिष्यति कार्याभावे त्वां भक्षयिष्यति च ।' राजा श्रुत्वैतद् मनसि व्यचारयत्—मत्सविधे सन्ति शतशः, सहस्रशो लक्षशः कार्यजातानि, विचार्य च तत्प्रतिज्ञां स्व्यकार्षीत् ।

गतवति मुनौ सेवकः कार्यायादिष्टः, स च कठिनात् कठिनमपि तदपेक्षितं कर्म तत्क्षणादेव समपादयत् । 'इदं कुरु इदं कुरु' इत्यादेशवचनान्येव राज्ञोऽशान्तेः कारणान्यभूवन् । यदि कार्यं न भविष्यति तदाऽयं मां खादिष्यतीति चिन्ता भृशं तमपीडयत् । सुखस्थाने दुःखमेव तत्करगतमभूत् । हन्त !

किञ्चित् कालान्तेरण भूयः सुखपृच्छया महर्षिप्रवर आगच्छदपृच्छच्च राजानम्—'अपि सुखितोऽसि यदृच्छालाभप्रदायिनानेन सेवकेन ?' 'राजा पादौ गृहीत्वा प्रार्थयद्—भगवन् ! पाहि मां, न सन्ति मत्सविधे तावन्ति कार्याणि यान्याचरन्नयं निश्चेष्टतां न व्रजेत् । प्रतिक्षणमहं बिभेमि यदयं मां खादिष्यतीति ।' तत्प्रार्थनया विज्ञाय तन्मनीषितं स समबोधयत्—'मा कृथा वृथा चिन्ताम् । त्वत् समक्षमेवात्रैकां निःश्रेणीं (सोपानिकां) विरचय । सति कार्ये सेवकेन कार्यसिद्धिः कार्या, तदभावे च निःश्रेणिकायामारोहणमवरोहणं च कार्यमित्यादिश्यतां सेवकाय । न चायं तत्र प्रमादं कुर्यादिति हेतोरस्य निरीक्षणाय केचन चरा अप्यादेष्टव्याः ।' एवं कृते सति सेवकस्य रुचिरा व्यवस्था जाता । भयं च निवृत्तम् ।

अस्याख्यानस्यायं सारोऽस्ति यद्—'राजा मनुष्यः मनोरूपं सेवकं प्राप्य तत्कार्यसाधनैस्तु प्रसन्नः परं तदीया या प्रतिज्ञाऽऽसीद् 'यदहं निश्चेष्टो न स्थास्यामि तथा सति च त्वां भक्षयिष्यामि'— अयमासीद् रोगः । एतस्य चिकित्सायै महर्षिणा नामस्मरणरूपायां निःश्रेणिकायां कार्याभावसमयेऽवरोहणारोहणे ये निर्दिष्टे ते उपचाररूपे आस्ताम् । इति ।"

एवमेव जपविधिनाऽपि मनसो नियन्त्रणं सुलभमिति मन्वाना उपासकास्तस्य विधौ नानाविधांस्तन्त्रप्रकारान् समावेशयन्ति । स हि जपो १—मन्त्रगतो २—जपोपकरणागतश्चेति प्रक्रियाद्वयमाश्रयते । प्रथमे मन्त्राणामक्षर-न्यून्याधिक्य-पूर्वापर-मध्यभागस्थ-बीजमन्त्रादीनां समायोजनेन प्रजपन् मनस एकीकरणे साधको भवति । उपकरणेषु करमालाऽक्षमालाऽक्षरमालादीनां साहाय्येन साध्यते मनसः स्थैर्यम् । अक्षरमाला-

वर्णमातृकाक्रमेण, भूतलिपि-क्रमेण, षट्चक्र-क्रमेण, लोम-विलोमानुलोम-प्रतिलोमादि-क्रमैश्च साधनया सहैव मनो-नियन्त्रणमपि साध्यते। इयञ्चापरा चिकित्सा मनसः।

तृतीयस्यां च चिकित्सायां योगसाधना। यस्यां जपातिरिक्तं यम-नियमासन-प्राणायाम-प्रत्याहार-धारणा-ध्यानानि विशिष्योपयोगीनि मन्यन्ते। विकृते मनसि यम-नियमादयः कथमपि साधयितुं न शक्यन्ते। अनया दृष्ट्या प्रत्येकं योगाङ्गमुपयोगि। इत्थमेवोपवासादयोऽप्यत्र ग्राह्याः। इयं मन्ये प्राचीना मनश्चिकित्सा-पद्धतिरेव परमस्या नास्ति कुत्रापि स्वतन्त्ररूपेण नामनिर्देशः।

पाश्चात्या मनश्चिकित्सा-पद्धतिः

साम्प्रतं नवीनो युगप्रवाहः। प्राचीना तथा नाद्रियते प्रक्रिया यथाऽभिनवा। यतो हि समाजस्य मनोऽभिनवत्वमेव कामयते। अभिनवेऽपि प्रतीच्यैर्यदुक्तं तदेवाभिनवमिति मान्यता बलीयसी विद्यते। भवतु नाम, ज्ञानं प्रति समादरः किल गौरवायैव। पाश्चात्यैर्मनीषिभिर्मनश्चिकित्सा-पद्धतिमाश्रित्य बहु लिखितं समालोचितञ्च। तेषां या दृष्टिरस्य विषयस्य परिष्करणे या च प्रयोग-पद्धतिः परीक्षणे तथा या हि प्राप्तानां पुरस्करणे सुमतिः सा हि सर्वथाऽस्माकं सम्मानयोग्या।

ईदृश्याश्चिन्तन-प्रक्रियायाः शुभारम्भो विश्वविख्यातेन विज्ञानविदा **'सिगमण्ड-फ्रायड'** महोदयेनाक्रियत। विशेषतो मनसो विश्लेषणे या याः सङ्कल्पना अनेन विदुषा निर्धारितास्ता अद्यापि सम्मान्यन्ते, उत्तरवर्तिनो वैज्ञानिकाश्च तत्सिद्धान्तानेव परिष्कृत्याद्यापि परिशीलयन्ति वर्द्धयन्ति चाग्रेऽपि।

एका सुदीर्घपरम्परेवास्य विषयस्य गवेषणायां प्रगतिमत्यभवत् यस्यां फ्रायडस्य शिष्य-प्रशिष्यादयः सन्ततं संलग्ना एव कामपि स्थिरां पद्धतिं प्रकाश्य विकाश्य च विश्वमस्मान्मनोरोगादुन्मोच्य सुखयितुं कृतसङ्कल्पा वर्तन्ते। यथाऽऽयुर्विज्ञाने शरीरस्याध्ययनं विधायातिसूक्ष्मतया शरीरस्थ-रोगाणां परिज्ञाने नैपुण्यमासादितं वैज्ञानिकैस्तथैव मनसोऽप्यध्ययनमत्र काङ्क्षितम्। मनः किम्? मनः शरीरयोः कः सम्बन्धः? मनसो विविधासु स्थितिषु व्यवहरणं कीदृशं? एतेषां प्रश्नानां समाधानेन सहैव मनोविज्ञानस्य शाखारूपेण 'मनश्चिकित्सा-विज्ञान'मप्याविष्कृतम्। अस्ति मनश्चिकित्सेयम्? मनःस्वास्थ्य-विचारे रोगाणां प्रकारान् विज्ञाय तेषामुपचारविधयोऽपि विज्ञाताः।

एवमस्याः पद्धतेर्यादृशं प्रवर्तनमभूत् तथा तत्र के के सिद्धान्ता अद्य यावत् स्थिरतां प्राप्ताः के चाद्यापि विकल्पन्ते विविच्यन्ते विश्लेषणं वाऽपेक्षन्ते, मस्तिष्कस्य का स्थितिः,मनसो वेगैर्विकारैश्च कीदृशः प्रभावो भवति? इत्यादिविषये वैदेशिका अमेरिका-इङ्गलैण्ड-रूस-जर्मन-प्रभृतयो देशा अन्वेषणे प्रयोगद्वारा परीक्षणे च प्रवृत्ता एव।

प्रस्तुतो 'मनश्चिकित्सा-विज्ञान-भूमिका'ग्रन्थः

भारते सन्त्यंगुलिगण्या मनोविज्ञानविदः। मनश्चिकित्साविज्ञाने च लब्ध-प्रावीण्यास्तु ततोऽप्यल्पा एव। तेषु विशिष्टं ज्ञानं समाश्रित्य प्रथमायां पङ्क्तौ गण्यमानो विज्ञ-प्रवरः **डॉ० हरद्वारीलालशर्म**-महानुभावः। एतेन विपश्चिताऽस्मिन् विषये बहुकालं यावद् विषयोऽयमधीतोऽध्यापितोऽन्वेषितः प्रयोगमाध्यमैश्च परिशीलितः।

"निरन्तराभ्यासरतस्य पुंसो विद्याऽपि हृद्या स्फुटमाविरेति।
तत्साधनोद्योगविधानतुष्टा तत्त्वं समस्तं प्रकटीकरोति॥"

इति दृशाऽस्य विदुषोऽस्मिन् विज्ञाने नैपुण्यं विख्यातम्।

ईदृशस्य प्रतिभाधनस्य लेखन्या प्रसूतेयं **'मनश्चिकित्साविज्ञान-भूमिका'**ऽस्माकं कल्याणायैव। अत्र हि महानुभावेनानेन न केवलं वैदेश्या एव विचारा विमृष्टा अपि तु भारतीय-संस्कृतेराधारभूतानां वेदादिशास्त्राणां यद्यन्मन्तव्यं मनसो विषये, ये च चिकित्सायोग्यानां मनोविकाराणामुपचार-विधयोऽत्र लक्ष्यन्ते तेषामतीव सूक्ष्मतया साररूपेण च विमर्शोऽपि विहितः। ये ये प्रधानाः सिद्धान्ताः साम्प्रत यावत् ख्यातिं प्राप्ता ये च प्रयोगसहकारेण परिशीलन-पथे वर्तमानाः सन्ति तेषामुपस्थापनपूर्वकं स्वीयाभिमत-प्रकाशनमपि विहितम्। सहैवास्य भारतीय-विचारणाया नवनीतमिव सर्वस्वमपि समुपस्थापितम्। इत्थमियं कृतिः सर्वाङ्ग-सम्पन्ना समपद्यत।

सुमधुरया सरसया सुर-सरस्वत्या चूर्णकाभिधेनोत्कलिकाप्रायेण च गद्येन भूषिता मनोविज्ञानवाणीयं संस्कृत-पाठकानां महत उपकाराय भविष्यतीति नः प्रत्ययः। संस्कृत-माध्यमेन शिक्षाशास्त्रि (बी. एड.)-शिक्षाचार्य-(एम. एड.) परीक्षयोरध्येतृषु संस्कृताधारेण मनोविज्ञानविषयस्याध्ययनविधौ महत् साहाय्यञ्चानया सेत्स्यतीति लेखकमहाभागं धन्यवादशतैरभिनन्दयामः।

— **डॉ० रुद्रदेवत्रिपाठी**

मनश्चिकित्सा-विज्ञानम्

[१]

विषय-प्रवेशः

'अस्ति मनः चिकित्स्यं शरीरमिव' इति आश्चर्यमावहति बहूनां जनानाम्। शरीररोगाः सर्वविदिताः सन्ति। तत्र औषधालयेषु रोगार्त्ता आरोग्याय आयुर्वेदाचार्यान् चिकित्सकान् वा गच्छन्ति। मनोरोगाः सन्ति इति विदितमासीत् पूर्वेषामपि किन्तु भूतप्रेतबाधाजनिता एते अथवा वातपित्तकफादिविकारा वा, इत्येव आसीत् सामान्यजनविश्वासः। आरोग्यशास्त्रेषु तेषां मनोविकाराणामुपचारोऽपि समर्थितः। किन्तु 'अस्ति मनोरोगाणां विज्ञानं, अस्ति च तेषां विज्ञानसम्मतश्चिकित्साविधिः, विद्यन्ते च बहवः मनोरोगचिकित्सालया अपि यत्र आरोग्यलाभार्थं शतशः रोगार्त्ताः प्रत्यहं यान्ति,' इति तु सामान्यः भारतीयो न वेत्ति। योरोपादिषु देशेषु अपि मनश्चिकित्साविज्ञानस्य विकासः अत्याधुनिक एव। अद्यापि तत्र 'मनोरोगेण ग्रस्तोऽहम्, उन्मादेन भ्रमादेन वा, चिन्तया अनिद्रया वा, व्यर्थभयेन व्यर्थोत्तेजनेन वा,' इति निवेदनं लज्जापयति जनम्। तथापि तत्र मनश्चिकित्साविज्ञानं शरीरचिकित्साविज्ञानमिव विकासशिखरं स्पृशति, अहरहः विस्तारं प्राप्नोति च, इति सत्यम्।

'विज्ञानम्' इति किम् ?

विशिष्टं व्यवस्थितं च ज्ञानं विज्ञानं भवति। यद् अनुश्रुतिप्राप्तं परम्परालब्धम्, अप्रमाणितं वा भवेद् ज्ञानं तन्नास्ति विज्ञानम्। श्रुतयः स्मृतयश्च सन्ति, सन्ति च तत्त्वज्ञैः महर्षिभिश्च विरचितानि शास्त्राणि। तानि अपि भवन्ति ज्ञानस्य स्रोतांसि। किन्तु एतद् ज्ञानं विज्ञानं नास्ति, यतो हि अत्र मनुष्येण स्वानुभवानां साहाय्येन नार्जितं तद्ज्ञानं, नापि स्वकीयबुद्धिबलेन प्राप्तैः प्रमाणैश्च प्रमाणितमस्ति तत्। श्रद्धया, विश्वासबलेन च, भिया ह्रिया वा, स्वीकृतं गृहीतं च ज्ञानं विज्ञानसम्मतं न स्वीक्रियते आधुनिकैः। अस्माकम् इन्द्रियाणि एकेन सामर्थ्येन यन्त्रादीनां साहाय्येन वा यद् गृह्णन्ति तदेव तथ्यं सत्यं च भवति। यदनुभूतं (सत्) तथ्यं, यत् तथ्यं तत् सत्यम्। यदनुभूतिपथं नायाति, तत्तु अतथ्यमेव। यत्तथ्यं तत्र विश्वसनीयम्। अविश्वसनीयं विज्ञानस्य आधारभूतत्वेन गृहीतुम् अनर्हं भवति। इयमस्ति विचारणा विज्ञानविदाम्। आधुनिकविज्ञानस्य आविर्भावः विकासश्च अस्या एव विचारणायाः परिणामः—विज्ञानम् अनुभूतिजन्यम्, अनुभूतिप्रमाणं च इति।

पुरा विद्वज्जनैः "तर्कोऽप्रतिष्ठः" इति प्रतिपादितम्। तर्केण, विचारशक्त्या च, प्रमाणैर्वा न किंचिदपि साधयितुं शक्यते, इति विश्वसितम्। शब्दस्य एव प्रामाण्यं सर्वोत्कृष्टम्, इति अङ्गीकृतमासीत्। किन्तु आधुनिकाः विचारस्य बलं प्रामाण्यं च स्वीकुर्वन्ति। अत एव यद्ज्ञानं तथ्यमूलकं भवति, अतथ्यानि च निषेधति, निराकरोति च मिथ्याविश्वासान्, एवं यच्चास्ति सबलैस्तर्कैः प्रतिष्ठितं प्रमाणितं च, प्रयोगबहुलैः अनुभवैः पोषितं चापि तद् ज्ञानं विज्ञानम्। एतद् ज्ञानं बुद्धिद्वारा प्रतिष्ठापितं, व्यवस्थापितं च भवति। बुद्धिरेव नियमानां सामान्यसिद्धान्तानाञ्च आविष्कारैः ज्ञानं ग्राह्यं सम्पादयति। अज्ञानतिमिरञ्च अपसार्य बोधिप्रकाशेन जगति व्यवस्थां प्रकटीकरोति। अनेन इदानीन्तने युगे अनेकानि विज्ञानानि लब्धजन्मानि दृश्यन्ते। यत्रैवं विधिना ज्ञानोपार्जनं क्रियते, विज्ञानं जन्म लभते, प्रसरति च ज्ञानभास्वरा प्रकाशपरम्परा। विधिजन्मा हि व्यवस्था, बुद्धिमूलं च प्रामाण्यं, अथ च तथ्यानाम् आधारभूतत्वं यत्र सम्पद्यते, तत्र विज्ञानम् उदेति। निरीक्षणम् अस्ति विज्ञानस्य मूलोद्गमः; परीक्षणम् अस्ति प्रामाण्यस्य मूलाधारः।

विगतशतवर्षेषु चिन्तकैः शरीरस्य इव मनसोऽपि अध्ययनं वैज्ञानिकविधिभिः कृतम्। प्रयोगाः अपि बहुशो विहिताः। मनः किम्? मनःशरीरयोः कीदृशोऽस्ति सम्बन्धः? कथं मनः विविधासु स्थितिषु व्यवहरति? इत्यादयः सन्ति शतशः प्रश्नाः येषां विज्ञानविहितम् उत्तरं वैज्ञानिकैः प्रदत्तम्। एवं च 'मनोविज्ञानम्' जन्म लेभे। मनोविज्ञानस्य अन्तर्भूता अस्ति एका शाखा—मनश्चिकित्साविज्ञानम्—इति। वैज्ञानिकैः विधिभिः इदं विज्ञानं मनःस्वास्थ्यसम्बन्धिप्रश्नानाम् अनुसन्धानं विदधाति, मनोरोगाणां स्वरूपम् अवगाहयति, उपचारविधीनां च अन्वेषण-विवेचनप्रकारैः मानवसुखस्य वृद्धिं सम्पादयति, वितनोति च मानवार्जितां ज्ञानसम्पदाम्।

किं स्वरूपं मनः? इत्यन्यत्र समीक्षितम्। 'मनः-शरीरयोः कीदृशोऽस्ति सम्बन्धः?' इत्येव अत्र संक्षेपेण विचारणीयः। पुरा तु "चेतनं मनः, शरीरम् अधिष्ठानमस्य जडं च" इत्येव मतमासीत् मनीषिणाम्। इदानीं प्रवर्तते 'शरीर-विज्ञानं' ज्ञानराशिभिः समृद्धं, प्रयोगसहस्रैः पोषितं, सबलैः तर्कैः प्रमाणितञ्च। नेदं शरीरं जडम्, अश्मवत्; किन्तु सूक्ष्मैः कोटिसंख्याकैः कोशिकासन्तानैः स्नायुभिश्च पूरितमस्ति। विद्युद्गत्या तत्र धावन्ति स्नायुमार्गैः असंख्येयानि उत्तेजनानि। सहस्रशो जीवनरसधाराः प्रवहन्ति शरीरस्थप्रणालिकासु। तत्र अस्ति मस्तिष्कं च ('ब्रेन' इति आंग्लभाषायाम्) यत्र युगसहस्रैः विकासक्रमेण प्राप्तानाम् अतीव सूक्ष्मतन्तुजालानां विद्यते विस्तारः। विविधज्ञानानां ग्रहणं, धारणं, विवेचनं, व्यवस्थापनम् इत्यादयः क्रियाः तत्रैव सम्पद्यन्ते। सन्ति क्रोधादयो बहवो भावाः; आवेशाः आवेगाश्च सन्ति; कामाः कामनाश्च निरन्तरमेव उत्थायोत्थाय लीयन्ते; तत्रैव प्रजायन्ते विचार-प्रचयाः, शास्त्राणि, दर्शनानि, विज्ञानानि

च उदयन्ति। अनेकानि काव्यानि, कलाकृतयश्च मस्तिष्कक्षेत्रे एव प्रादुर्भवन्ति। अत एव अस्ति मस्तिष्कखण्डस्य महिमा। इदानीन्तने युगे अमेरिका--इङ्गलैण्ड--रूस--आदिषु देशेषु मस्तिष्कमधिकृत्य प्रचलन्ति शतशः अन्वेषणानि प्रयोगाश्च। प्रयोगैः लब्धं प्रमाणितं च यज्ज्ञानं मस्तिष्कविषये इदानीं संचितमस्ति तेन सिद्ध्यति यत् 'नेदं मस्तिष्कं शरीरं वा अश्मवत् जडाधिष्ठानं मनसः' किन्तु इदं मस्तिष्कसमन्वितं शरीरं जीवति, न यन्त्रवदिव केवलम् आचरति सम्पादयति च मानवोचितानि कार्य-सहस्राणि। शरीरान्तरालेषु याः जटिलाः पाक–श्वसनादिक्रियाः सततं संचलन्ति ताः अपि मस्तिष्कसाहाय्यं विना केवलेन मनसा सम्पादयितुम् अशक्या एव। अत एव शरीरं जीवतीति सिद्धम्। अस्ति जीवितजडयोः महदन्तरम्।

चैतन्यं किं स्वरूपम्? इति तु अज्ञातमेव। किन्तु वयं जानीमहे यत् चेतनायुक्तं मनः शरीरमधिष्ठाय अस्मिन् लोके समाचरति। चेतनं मन एव भोगान् भुंक्ते, विषीदति वा, विविधं विचेष्टते च आत्मरक्षार्थं शरीररक्षार्थं च। कुतः आयातं चैतन्यम्? इत्यपि अविदितमेव। विविधाः कल्पनाः अत्र कृताः यथा, भौतिकेभ्यः एव तत्त्वेभ्यः विकास-क्रमेण समुत्थितं इदं चैतन्यं नाम अभिनवं किमपि तत्त्वम्। लोकान्तरेभ्यः आपतितं वा अस्यां पृथिव्यां अन्तरिक्षमार्गेण। ईश्वरेण विसृष्टं वा भवेद् चैतन्यम्। प्रसिद्धिं प्राप्ताः अपि एते तथाकथितसिद्धान्ताः इदानीं पर्यन्तम् असिद्धाः एव विज्ञानस्वीकृतैः प्रमाणैः।

"चेतनं मनः, एकांशेन", इति स्वीकृतिमात्रेण अपि मनोविज्ञानं सिद्ध्यति। यत् शरीरे, मस्तिष्कप्रदेशेषु वा घटते, तत् मनसा ज्ञातुं शक्यते; यच्च अनुभूयते मनसा, तत् शरीरं प्राप्नोति, तच्च शरीरं व्याप्नोति। सन्ति तत्र शरीरे, मस्तिष्के, मनसि च गूढाः अन्तःप्रदेशाः यत्र घटितं चेतनेन मनसा वेत्तुम् अशक्यं भवति, अतीव सूक्ष्मत्वात्, गूढत्वाच्च घटितानाम्। किन्तु अज्ञातेऽपि सति यद् एकस्मिन् प्रदेशे घटते, तत् सर्वत्र प्रसरति, व्याप्नोति च। अस्ति मनःशरीरयोः सम्बन्धः; अस्ति च तयोः अन्तरमपि। एवं च अस्ति मनोमस्तिष्कयोः सम्बन्धः; अस्ति च तयोः पार्थक्यमपि। न हि विज्ञानम् अस्य रहस्यस्य उद्घाटनं करोति, कर्त्तुं वा शक्नोति। किन्तु सम्बन्धे स्वीकृते सति इदं सिद्ध्यति—चिन्ताभयक्रोधकामादीनाम् आवेगैः शरीरमपि क्षुब्धं भवति। सन्ति शरीरान्तःस्थिताः रसग्रन्थयः येभ्यः अनेके जीवनरसाः देहप्रणालिकासु च्यवन्ते। धातूनां साम्याय, पाचनादिक्रियाणां हिताय च एते रसस्रावाः परमावश्यकाः। मनसि विकृते सति सर्वम् अपि एतत् मस्तिष्कसहितं शरीरतन्त्रं विकृतं सम्पद्यते। यदा धातु-वैषम्यं भजते शरीरं, यदा रसादीनां च्यवने वा जायते काऽपि विक्रिया, तदा शरीर-स्वास्थ्यं न सम्भवति। यदि क्रोधोद्वेगः, भीतिभावा वा, कामोद्रेकश्च निरन्तरं, कारणेन विना, चिरकालम् अन्तर्मनसि प्रवर्त्तमानाः भवन्ति, अनेन जीर्णं भवति शरीरं, शीर्णं च जायते स्वास्थ्यम्। अस्ति उपयोगिता कामादिमनोवेगानाम्। किन्तु अकारणानुपयोगि-भावावेशैः जीर्यते एव शरीरं, मनश्चाऽपि दुर्बलायते। मनोवेगानां विधारणं भारतीय-

चिकित्साशास्त्रेषु अपि विहितम्। मलमूत्रादिशरीरवेगानां तु त्वरितोन्मोचनम् उप-
युज्यते, किन्तु मनोवेगानां न विधारणेन वर्द्धते शरीरस्वास्थ्यं, मनःसुखं च। यदैते
एते मनोवेगाः शरीरान्तः प्रविष्टाः सन्तः मनसः अन्तर्भागेषु चिरायन्ते, तदा जायते
सुखस्य अन्तः स्वास्थ्यस्यापि अवसानञ्च।

अनेन स्पष्टं भवति— मनसो वेगैः विकारैश्च यावती हानिः भवति मनुष्यस्य
तदपेक्षया शरीरामयैः जायते न्यूनैव हानिः। इदानीन्तने संस्कृतिप्रसारे केवलया
चिन्तया एव कोटिमनुष्याणां निद्रा अपहृता। कोटिशः स्त्रियः पुरुषाश्च मृदुलेषु शयनेषु
अपि वातानुकूलितेषु प्रकोष्ठेषु, सुखशतैः युक्तेषु शयितुं न शक्नुवन्ति। अनिद्रया शरी-
राणि जर्जरीभवन्ति, मनःशक्तिश्च क्षीयते। तदेतत् सर्वं चिन्ताकृतम्। चिन्ता संस्कृति-
जन्या मनोरुक् इति मनश्चिकित्साविज्ञानं मन्यते। भयमूला भवति चिन्ता। कुतः इदं
भयम् इति अज्ञातमेव। अकारणमिव भयं जनयति ज्वरस्वरूपां चिन्ताम्। अत एव
मनुष्यस्य सुखहेतवे मनःशरीरयोः उभयोः अपि स्वास्थ्यं आवश्यकम्, शरीरापेक्षयाऽपि
मनसः स्वास्थ्यम् अतीव आवश्यकमिति मन्यन्ते विचारकाः।

विगतदशाब्देषु मनोरोगाणाम् अध्ययनं कृतम् अनेकैः विज्ञानविद्भिः। शारीर-
मूलाः हि मनोरोगाः इति मत्वा तैः चिकित्सकैः अनेकानि औषधानि आविष्कृतानि।
कृताः सन्ति चिकित्सालयाः अपि मनोरोगाणाम् उपचारार्थम्। एवमेव, मनोमूला हि
मनोरोगाः अपि च शरीररोगाः मनस एव प्रजायन्ते इति मन्यमानाः मनोवेत्तारः।
तैः अपि अन्वेषिताः मनोविश्लेषणादयः मनश्चिकित्साविधयः। अत्र इदमस्ति विख्यातम्
—आसीत् 'फ्रॉयड' इत्यभिधेयः चिकित्सकः आस्ट्रियादेशे समुत्पन्नः। एकदा सः
ज्वरार्तामेकां युवतीं चिकित्सन् अकस्मादेव जानाति यत् बहुभिः प्रदत्तैः औषधैः अपि
अस्याः ज्वरो न शाम्यति, किन्तु यदा सा दुःखितां मनोवार्तां क्रन्दनैः सह तस्मै निवेद-
यति, तस्याः मनः शान्तिमनुभवति, ज्वरश्चापि उपशाम्यते। इदम् आश्चर्यकरं यत् सा
मनःस्थितस्य दुःखस्य निवेदनमात्रेण ज्वरात् उन्मुच्यते। मनसि भवेत् कोऽपि अविज्ञा-
तोद्वेगग्रन्थिः यः प्रकाशनेन शिथिलतां याति मोचयति च मनः उद्वेगात्, शरीरं च
ज्वरावेशात्। अयम् मनोग्रन्थिः मनसः अन्तःस्थेषु अचेतनेषु स्थितप्रदेशेषु। अनेन
फ्रॉयडमहोदयेन मनोविश्लेषणादयः अनेकविधयः आविष्कृताः यैः ग्रन्थीनां शिथिली-
करणं विमोचनं, विरेचनं वा विधीयते। एतदनन्तरं तु मनोवेत्तारः, जिज्ञासवोऽन्ये
गवेषणाकार्ये संलग्नाः। गवेषणायाः फलमिदं मनश्चिकित्साविज्ञानं यदत्र सूक्ष्मेण
मया संस्कृतज्ञानां बोधार्थं प्रस्तूयते, इति।

मनसः स्वरूपम्

पुरातन-विचारणा

मनः इति किम्। अयम् अत्र प्रमुखः प्रश्नः। अस्मद्देशेऽपि पुरा सूक्ष्मतत्त्वानां द्रष्टारो बभूवुः ऋषयो मुनयश्च ये मन्यन्ते स्म यत् "मन एव मनुष्याणां कारणं बन्धमोक्षयोः। तेऽजिता किं न जितं, हास्यता किं नाह्वारितम्", अर्थात् मनसैव मनुष्यः सुखं दुःखं वा अनुभवति। मनसो बन्धे सति सर्वेषां प्राणिनां दुःखं, यतो हि "परवश्यमेव दुःखानुभवः।" मनसो मोक्षे सति सर्वेषां सुखं, यतो हि "सर्वमात्मवशं सुखम्" इति। किन्तु तत्त्वज्ञानाम् ऋषीणां मते तु नायमात्मा मनः, मन आत्मा च विभिन्नौ पदार्थौ स्तः।

परंतु पश्चिमेषु देशेषु नूतनप्रकाशेषु आत्ममनसोः अभेद एव स्वीकृत आसीत्, पुरा आत्मा एव मनः—इति मन्यमाना आसन् यूनानदेशीयाश्चिन्तकाः। किन्तु तत्राऽपि जातः कश्चित् सन्देहः—कथमयमात्मा मनो भवितुं युज्यते ? आत्मा अमरः अजरश्चास्ति, मनस्तु विकारि, परिवर्तनशीलं, क्षणे-क्षणे विपरिणमते। अत एव नायमात्मा मनः इत्यासीत् तेषामपि निर्णयः।

पदार्थस्वरूपं मनः इति निष्कर्षः प्राप्तः। केचित् सन्ति व्यापाराः, कार्याणि क्रियाः वा यो मनोव्यापाराः, यथा स्मरणं, कल्पनं, प्रत्यक्षव्यापारः, तर्कप्रमाणाय विचारक्रियाः; अथवा मनसो दशाविशेषाः, यथा—सुखं दुःखं वा, क्रोधावेशः, भयावेगो, भावो वा। एते व्यापारविशेषाः मनोदशाविशेषाश्च—एते एव मनः, नान्यत् किञ्चित् स्थिरं तत्त्वम्। व्यापारविशेषाः भावविशेषाः दशाविशेषाश्च सर्वेऽपि एते संहतिं प्राप्य मनः इति नाम्ना अभिधीयन्ते। एतदस्ति आधुनिकानां मतम्। व्यापारस्वरूपं मनः, न तु पदार्थस्वरूपम् इति प्राप्यते।

किन्तु अस्मिन्नपि मते अस्ति काठिन्यम्। मनस्तु किञ्चित् आभ्यन्तरम्। विज्ञाने तु पदार्थानां व्यापाराणां वा भवति निरीक्षणं परीक्षणञ्च। यत्र भवन्ति प्रयोगा अपि। पशून् पाषाणान् अथवा भौतिकपदार्थान् विषयीकृत्य प्रवर्तन्ते तत्र शतशः प्रयोगाः। यान्त्रिकेषु प्रयोगेषु तत्र गणना, मापः संख्यानं वा क्रियते येन सिद्ध्यति विज्ञानसम्मतं ज्ञानम्। तत्र मनो विषयीकृत्य नैतत् सर्वं सम्भाव्यते। अतः नास्ति मनोविज्ञानस्य सम्भावना एव अत्र। इति अस्ति अत्र कापि विचिकित्सा—यदि व्यापारस्वरूपं मनः, तन्मनः कथं वीक्षेत, कस्तद् वीक्षेत?—इति

चिकित्साशास्त्रेषु अपि विहितम्। मलमूत्रादिशरीरवेगानां तु त्वरितोन्मोचनम् उपयुज्यते किन्तु मनोवेगानां च विधारणेन वर्द्धते शरीरस्वास्थ्यं, मनःसुखं च। यदैव एते मनोवेगाः शरीरान्तः प्रविष्टाः सन्तः मनसः अन्तर्भागेषु निरुध्यन्ते, तदा जायते सुखस्य अन्तः स्वास्थ्यस्यापि अवसानञ्च।

अनेन स्पष्टं भवति— मनसो वेगैः विकारैश्च यावती हानिः भवति मनुष्यस्य तदपेक्षया शरीरामयैः जायते न्यूनैव हानिः। इदानीन्तने संस्कृतिप्रसारे केवलया चिन्तया एव कोटिमनुष्याणां निद्रा अपहृता। कोटिशः स्त्रियः पुरुषाश्च मृदुलेषु शयनेषु अपि वातानुकूलितेषु प्रकोष्ठेषु सुखशतैः युक्तेषु शयितुं न शक्नुवन्ति। अनिद्रया शरीराणि जर्जरीभवन्ति, मनःशक्तिश्च क्षीयते। तदेतत् सर्वं चिन्ताकृतम्। चिन्ता संस्कृतिजन्या मनोरुक् इति मनश्चिकित्साविज्ञानं मन्यते। भयमूला भवति चिन्ता। कुतः इदं भयम् इति अज्ञातमेव। अकारणमिव भयं जनयति ज्वरस्वरूपां चिन्ताम्। अत एव मनुष्यस्य सुखहेतवे मनःशरीरयोः उभयोः अपि स्वास्थ्यं आवश्यकम्, शरीरापेक्षयाऽपि मनसः स्वास्थ्यम् अतीव आवश्यकमिति मन्यन्ते विचारकाः।

विगतदशाब्देषु मनोरोगाणाम् अध्ययनं कृतम् अनेकैः विज्ञानविद्भिः। शरीरमूला हि मनोरोगाः इति मन्यमानैः चिकित्सकैः अनेकानि औषधानि आविष्कृतानि। कृताः सन्ति चिकित्सालयाः अपि मनोरोगाणाम् उपचारार्थम्। एवमेव, मनोमूला हि मनोरोगाः अपि च शरीररोगाः मनस एव प्रजायन्ते इति मन्यमानाः मनोवेत्तारः। तैः अपि अन्वेषिताः मनोविश्लेषणादयः मनश्चिकित्साविधयः। अत्र इदमस्ति विख्यातम्—आसीत् 'फ्रॉयड' इत्यभिधेयः चिकित्सकः आस्ट्रियादेशे समुत्पन्नः। एकदा स ज्वरात्मिकां युवतीं चिकित्सन् अकस्मादेव जानाति यत् बहुभिः प्रदत्तैः औषधैः अपि अस्याः ज्वरो न शाम्यति, किन्तु यदा सा दुःखितां मनोवार्त्तां क्रन्दनैः सह तस्मै निवेदयति, तस्याः मनः शान्तिमनुभवति, ज्वरश्चापि उपशाम्यते। इदम् आश्चर्यकरं, यत् सा मनःस्थितस्य दुःखस्य निवेदनमात्रेण ज्वरात् उन्मुच्यते। मनसि भवेत् कोऽपि जटिलभावोद्वेगग्रन्थिः यः प्रकाशनेन शिथिलतां याति मोचयति च मनः उद्वेगात्—शरीरं च ज्वरावेशात्। अयम् मनोग्रन्थिः मनसः अन्तःस्थेषु अचेतनेषु स्थितप्रदेशेषु। अनेन फ्रॉयडमहोदयेन मनोविश्लेषणादयः अनेकविधयः आविष्कृताः यैः ग्रन्थीनां शिथिलीकरणं विमोचनं, विरेचनं वा विधीयते। एतदनन्तरं तु मनोवेत्तारः, विज्ञानवेत्तारश्च गवेषणाकार्ये संलग्नाः। गवेषणायाः फलमिदं मनश्चिकित्साविज्ञानं यदत्र सूक्ष्मेण मया संस्कृतज्ञानां बोधार्थं प्रस्तूयते, इति।

सत्यं वा, तत् तत् सर्वं स्वतर्कैः अपाकृतं मथितं पूतिगतमिव नाङ्गीकारयोग्यम् इति साधितम् । कलौयुगे सः युगावतार इव जातः । अस्य प्रभाववशात् समाजे संस्कृतौ च, विज्ञाने मनोविज्ञाने च, धर्मे-साहित्ये-कलायां चापि नूतनः प्रकाशः अवतरितः, अभिनवः कोऽपि ऊर्जः संचरितः, अभूतपूर्वस्य अदृष्टपूर्वस्य च कस्यापि युगस्य अवतारो जातः । सिगमण्डफ्रायड आसीत् युगपुरुषः, इति स्वयं युग एव स्वीकरोति ।

का आसीत् युगान्तकारिणी नवयुगप्रवर्त्तिका चास्य विचारणा ? कीदृशी अस्य मनसः संकल्पना ? किं चास्ति मनःशरीरयोः सम्बन्धविषये अस्य उत्तरम् ? किं चास्ति अस्य मते मनोविज्ञानस्य स्वरूपम्, मनोविकाराणाम् उद्भवकारणम् अथवा मनसः स्वास्थ्यलाभाय उपचारविधिर्वा ? विस्तारभिया न बहु चर्चितम् अत्र उचितं भवेत् । संक्षेपतः, निम्नवद् अस्ति अस्य विचार-सारः । "एकमपि मनः अनेकधा विभक्तमस्ति । विभक्तेषु एतेषु मनोऽङ्गेषु परस्परविरोधात् संघर्षाच्च उद्भवन्ति शतशः मनोविकाराः । तेषां च मिथः समायोजनेन उत्पद्यते मनसः स्वास्थ्यम्, सुखं च मानुष्यम् ।" एभिः वाक्यैः नवयुगस्य प्रवर्त्तनं जातम् । एषः अस्ति फ्रायडसिद्धान्तस्य सारांशः, हृदयश्चापि ।

अस्ति एकं मानसाङ्गम् 'अचेतनं' नाम । अचेतनम् अर्थात् सर्वथा चेतनाशून्यम् । किन्तु मनः कथं चेतनारहितं भवेत् ? यदि अचेतनं मनः, मनसा ज्ञातुं अशक्यम्, तदा कथमस्य अविज्ञातस्य मनसः विज्ञानं सम्भवेत् ? फ्रॉयडमते अचेतनं मनः मानवमनस एव एकाङ्गं, न केवलम् अविज्ञातं, ज्ञातुम् अशक्यमपि, सर्वथा अविज्ञेयम् । अविज्ञातम् अविज्ञेयं च अचेतनम् अस्ति । अत एव चेतनांशेन मनसा तद् अचेतनं विरोद्धुं, निरोद्धुम् अथवा अवरोद्धुं वा न शक्यते । अचेतनस्य महदस्ति बलम् । अचेतनमेव मनसः चेतनाङ्गं शास्ति, निरुणद्धि, निर्माति विनाशयति वा । चेतनाचेतनयोः एव सम्बन्धः मनोविकाराणाम् अस्ति आधारभूतो हेतुः ।

किं स्वरूपम् इदम् अचेतनं मनः ? कुत आयातम् ? किञ्चास्य बलम् ? कथं चेदं चेतनम् अस्माकं मनः शास्ति ? विस्मिता इव जना एतत् पृच्छन्ति ।

अयं मनुष्यः पशुः जीवश्च । स जीवति, जीवितुं चेष्टते च । मनुष्येतरा अपि सन्ति जीवाः । विकासक्रमेण जीवेन मनुष्यत्वम् अर्जितम् । अत एव जीवसामान्यः पशुसामान्यश्च अस्ति मानवः । अनन्तकालेन सिद्ध्यति विकासः । किन्तु अतीतोऽपि कालः अनन्तसंस्कारसमुच्चयान् उत्पाद्य एव अतीतो भवति । एते अनन्तसंकारसमुच्चयाः मानवमस्तिष्के संचिताः सन्ति । मस्तिष्के (Brain) तत्र भवन्ति कोटिशः ऊतयः । एता ऊतयस्तु संस्काराणां कोषाः यत्र अखिलोऽपि अतीतः कालः प्रसुप्ति गत इव तिष्ठति । शेरते इव तत्र जन्मजन्मान्तरे लब्धानाम् अनुभवानाम् अवशेषाः, स्मृतयश्च असंख्येयाः, सुखदुःखादीनाम् उद्वेगानां लेशाश्च । एते संस्कारशेषाः अनुभवाः मस्तिष्ककोशिकासु संचिताः सन्ति तथा च न चेतनेन मनसा ज्ञातुम् अवगाहितुं वा शक्यन्ते,

किन्तु तथापि एते एव अविज्ञाताः, अविज्ञेयाश्च सञ्चिताः संस्कारकोशाः चेतनायाः आधारभित्तयः। न एतान् विलङ्घ्य प्रसरति चेतनं मनः। अचेतनं मनः अस्ति मनसः प्रकृतिः। स्वकां प्रकृतिं विजित्य न पारयति मनः पारं गन्तुम्। अत एव अतीव बलवत् भवति अचेतनं मनः। कोऽस्ति अस्मिन् लोके यः संस्कारकृतानि बन्धनानि छित्त्वा आत्मवश्यम् अनुभवति ?

अचेतनस्य मनसः इदम् अत्र सिद्धं भवति :—

१. अस्ति अचेतनं मनः। तच्च चेतनाशून्यम्, अविज्ञातम्, अविज्ञेयं च चेतनेन मनसा। अचेतनं हि मनसः प्रकृतिः। अस्मादेव चेतनं मनः विकासं लभते, क्षीयते च तत्रैव।

संस्कारशेषैः जनितं इदम् अचेतनम्। यतो हि न कोऽपि जनः संस्कारशून्यो भवति, अतः अचेतनाद् बहिः अस्य गतिर्नास्ति।

३. चेतनापेक्षया महद् बलवत्तरं च भवति अचेतनं मनः। प्रसुप्तमपि मस्तिष्ककोशिकासु इदं चेतनं शास्ति।

अनयोः प्रवृत्तीनां प्राधान्याद्। मनुष्यत्वेन अस्ति अस्य सहजातः विरोधः। अर्जितं हि मनुष्यत्वं, प्रकृतं चास्ति पशुत्वम्। अर्जितप्रकृतयोः विरोधे प्रकृतमेव जयति। कदाचित् मनुष्यत्वं च पराजितं भवति। मनुष्यत्वस्य रक्षणे अर्जने अपि च महान् आयासः प्रयासश्च अपेक्षितो भवति। अप्रयत्नेन स्वतः सुखो भवति। प्रकृतिं यान्ति भूतानि निग्रहः किं करिष्यति इति सत्यमेवोक्तं गीतासु। कः तादृशः प्रयत्नो विधेय इति प्रष्टव्यम्। यतो हि एष प्रयत्नः बहुलायासो भवति, अतः अनेन शक्तिक्षयो जायते। क्षीणशक्तेः मानवस्य कुतः सुखम् ? किम् असुखमेव मानवस्य नियतिरस्ति ? आम् इति अस्ति पातञ्जलस्य निर्णयः। 'सर्वमेव दुःखं विवेकिनाम्' इति।

बहुलायासेऽपि प्रयासे मनुष्यत्वसञ्चये निर्बन्ध एव, नास्ति अन्या गतिः। यतो हि संस्कारवशात् विकाससम्पन्नतां प्रेरितः मनुष्यः मनुष्यत्वलाभाय यतते। अतः अस्मात् प्रयत्नादपि पलायनं नास्ति। मनुष्यत्वस्य अप्राप्तौ परितोषः वा नास्ति अस्य शान्तिलाभः। पशुत्वम् अचेतनस्य विधानम्, मनुष्यत्वं च चेतनस्य। अनयोः अस्ति सहजः विरोधः। विरोधात् जायते मनोविकृतिः। किन्तु चेतनाचेतनयोः पशुत्वमनुष्यत्वयोः सङ्गतिः सम्भवति। मनसः स्वास्थ्यं सुखं च चेतनाचेतनयोः संगतिजनितमेव भवति। इदमस्ति अस्य ग्रन्थस्य सूक्ष्मतया कथनम्। किञ्चिद्विस्तरेणापि अत्र व्याख्या प्रस्तूयते।

नवयुगप्रवर्त्तकानां वैज्ञानिकानां मते चेतनम् अचेतनं वा मनः नास्ति आत्मतन्त्रम्। मनस्तु जीवनस्य यन्त्रम्। जीवनं जीवितुं चेष्टते, प्राणितुमेव अपेक्षते। नास्ति जीवनस्य अन्यद् विधानम्। इदं जीवनं जलवायु-भोजनादिभिः निर्मितेन परिवेषेण परिवेष्टितम्। तत्र परिवेशे जीवनस्य साधकानि बाधकानि च सन्ति। जीवनस्य साधकानि उपभोक्तुं बाधकानि च अपाकर्त्तुं प्रवर्त्तन्ते शतशः प्रयत्नाः। किमत्र साधकं, किञ्चात्र बाधकम् इति ज्ञानार्थम् आविर्भूतानि इन्द्रियाणि। ज्ञानेन्द्रियाणाम् आविर्भावस्तु ज्ञानाय जातः; एवमेव कर्माणि लक्ष्यीकृत्य प्रकटीभूतानि नानाकर्म-समर्थानि च कर्मेन्द्रियाणि। इन्द्रियाणां केन्द्रीभूतं मनः। जीवनविकासस्य आदिकाले नासीत् परिवेशस्य स्पष्टचेतना। शनैः शनैः चेतनायाः स्फूर्त्तिः प्रसुप्ताद् उत्थिता इव। इदानीं तु चैतन्यं प्रज्वलितमिव ज्ञानाग्निना प्रकाशते सर्वत्र। किन्तु अचेतनांशस्य अपि महती शक्तिः प्रवृद्धा संख्यातीतैः संस्कारैः। तथापि अद्यापि मनः जीवनयन्त्रमेव, जीवनार्थं विकसितं, जीवनस्य रक्षार्थमेव चेष्टते। एवंविधा अस्ति आधुनिकानां विचारणा। अत्र चास्ति फ्रॉयडसिद्धान्तस्य विज्ञानसम्मतः आधारः।

जीवस्य परिवेशे भवन्ति साधकानि बाधकानि च, इति उक्तमेव। परिवेशोऽपि द्विविधः—प्राकृतः, मानवकृतश्च। यदा जीवः साधकानि प्राप्तुं बाधकानि वा निराकर्त्तुं सचेष्टो भवति, तदा मनोयुक्ते अस्य शरीरे—सर्वस्मिन्नपि जीवनतन्त्रे, जीवनतन्तुषु वा—जायते काऽपि उत्तेजना। चेष्टमानः उत्तेजितो भवति जीवः—इति सर्वेषां विदितम्। सा उत्तेजना दुःखस्वरूपा नाडीतन्त्रेषु, मस्तिष्ककेन्द्रेषु च रुधिरमांसपेशीषु च सर्वत्र प्रसरति, केषांचित् वस्तूनाम् उपभोगेन प्रशमं याति। उत्तेजना-प्रशमः एव सुखम्, नान्यः सुखलेशोऽस्ति अस्मिन् लोके।

एवं क्रियते आधुनिकानां सुख-दुःखमीमांसा, प्राप्यते च अनेन प्रकारेण फ्रॉयडवादस्य एको नियमः—उत्तेजना दुःखम्; तस्याः उत्तेजनायाः प्रशमः सुखम्। उत्तेजनादनन्तरं प्रशमः; प्रशमस्यानन्तरं पुनः उत्तेजना जायते। एवं क्रमेण लयात्मिका गतिरुत्पद्यते सुख-दुःखयोः, अथवा उत्तेजना-प्रशमयोः। अयं लयः एव जीवनस्य अस्ति परमं विधानम्, यस्मान्नास्ति मुक्तिः जीवितस्य पुरुषस्य, लयः जीवनं, प्रलयश्च मरणम्—इत्यस्ति परिभाषा जीवनमरणयोः।

उत्तेजनामूलं हि जीवनम्। नास्ति उत्तेजना, जीवनमपि नास्ति। डार्विनमते तु इयम् उत्तेजना जिजीविषा स्वरूपा—जीवितुम् इच्छा—आसीत्, किन्तु फ्रॉयडमतानुसारेण इयं कामस्वरूपा। भारतीया विद्वांसः अत्र स्मरन्ति यद् वेदेषु अपि 'कामः' एव मनसो रेतः, बीजस्वरूपं वा स्वीकृतः। सः कामः सर्वेषामपि अग्रे बीजरूपेण अवस्थितः। तस्माज्जातानि सर्वाणि भूतानि, इति अत्र फ्रॉयडमते 'लिबिडो' (Libido) इति अस्य नाम कृतम्। महतीम् अस्य अवधार्य शक्तिमत्तां प्रभविष्णुतां च कामः ऊर्ज्जस्वरूपः स्वीकृतः। लिबिडो अस्ति ऊर्ज्जः यो जीवनं धारयति मारयति च, सुखयति दुःख-

यति वा, तापयति शामयति वा। स एव ऊर्ज्जः सर्वतः परिव्याप्य उत्तानयति मनोदेह-तन्त्रम्, प्रज्वालयति क्षुधा अन्नम्, क्लोमग्रन्थिषु संचारयति रसान्, हृदयाय ददाति गतिम्, उत्तेजयति इन्द्रियग्रामम्, मस्तिष्कं प्रकाशस्पन्दनैश्च पूरयति। अयं लिबिडो अन्धः चक्षुर्विहीनश्च, यतो हि शतशः उत्तेजनानि मनोदेहतन्त्रे निरन्तरम् उत्थाप्य तेषां प्रशमनार्थमेव प्रेरयति सः जीवम्। अतः, भोक्तुमेव केवलं जानाति येन प्रशमनं भवेद् उत्तेजनानाम्। अयं बुभुक्षास्वरूपः, वेदमते तु 'अशनायाः' स्वरूपः। किं शुभमशुभं वा, किमुचितमनुचितं वा, किं मङ्गलममङ्गलं वा, किं वा करणीयम्, प्रकरणीयं वा, इति सर्वमपि अज्ञातं कामोर्ज्जस्य। न सः पश्यति पुण्यं च पापं च। न सः समाजस्य नियन्त्रणं विधानं वा अङ्गीकरोति। उत्तेजनानां प्रशमः—एकमेवास्ति विधानम्, नान्यत्।

मनोयन्त्रस्य यदङ्गं 'लिबिडो' ऊर्ज्जेन सततम् ऊर्ज्जितं भवति, पूरितं चास्ति शतशः प्रवृत्तिभिः प्रेरणाभिश्च, स्रोतः अस्ति बुद्धौ अपि इन्द्रियादिषु च स्फूर्त्तीनाम्, तद् 'इड' इति नाम्ना फ्रॉयडमहोदयेन अभिहितमासीत्। 'इड' इति यवनदेशीयः शब्दः; आंग्लभाषायां 'इट' इत्यस्य, संस्कृतभाषायां च 'इदम्' इति शब्दस्य अयम् अर्थः समीपतमः। ध्वनिरपि समानः। अलिङ्गमस्ति 'इदम्'। चेतनाशून्यञ्च। तथापि चेतनाम् आपूरयति, प्रेरयति च। नेदं मूल्यैः सामाजिक—मान्यताभिर्वा बद्धम्। लिबिडो-ऊर्ज्जेन परितः व्याप्तम्। सर्वथा एव अचेतनम्। इदम् 'इड' मनसः गर्भभागे स्थितं, गम्भीरतमं गह्वरस्थितञ्च। अत्रैव संचिताः सन्ति युगयुगान्तरे अर्जितानाम् अनुभवानां स्मृतिशेषाः अवशेषाः। तत्र सन्ति बहूनि तलानि 'इड' नाम्नः अचेतनस्य मनसः। निम्नतमेषु तलेषु इदानीमपि शेरते स्म धूमिलास्ताः स्मृतयः, यदा जीवः अजीवात् पदार्थात् भिन्नं प्रथमं स्फुरणम् अनुभवति स्म। अजीवः पदार्थस्तु सुपुप्तिं प्राप्त इव नानुभवति जीवनस्य स्पन्दनानि, प्राणानां वैकल्यं वा। आत्यन्तिकस्य प्रशमस्य इयम् अवस्था यत्र जीवनस्य पूर्णरूपेण निर्वाणं भवति। अद्यापि जीवे तादृशी प्रवृत्तिः द्रष्टुं शक्यते यदा सः पुनरपि पूर्ण-प्रशमावस्थां प्राप्तुं चेष्टते। किन्तु पूर्णप्रशमावस्था तु मृत्युरेव। सर्वोऽपि जीवः मृत्युं याति, यातुं च प्रवृत्तो भवति उत्तेजनानां परमप्रशमनार्थम्। फ्रॉयडमते अस्ति मुमूर्षा—मर्तुमिच्छा—यथा अस्ति जिजीविषा। इयं मुमूर्षा 'थानाटोस' इति नाम्ना अभिहिता। विभेदयितुं 'जिजीविषा' 'इरोस' इत्यभिधेयेन ज्ञायते। 'इड' मनः द्विधा प्रवृत्तं भवतिः जीवनाय मृत्यवे च। अत एव 'इरोस' 'थानाटोस' इति नामद्वयेन अस्य अभिधानं क्रियते विद्वज्जनैः। उभे द्वे अपि एते प्रवृत्ती चेतनाशून्ये स्तः। तथापि एतयोश्चलति निरन्तरं द्वन्द्वमपि मनसः अन्तरालेषु। भवति जीवितुमिच्छा, भवति च प्रशमाय मृत्यवे वाऽपि कामना। अनेन द्वन्द्वेन जायते जीवनक्षयः, मानसविकृतिश्च।

मनसः प्राकृतः परिवेशः सीमासु बध्नाति भोगलिप्साम्। किन्तु अचेतनं मनः नहि जानाति, न च मानयति प्रकृतिप्राप्तं सहजमपि पारवश्यम्। सर्वोऽपि जीवः प्रकृति-परवशः तिष्ठति। अपि च, "न जातु कामः कामानामुपभोगेन शाम्यति, हविषा कृष्ण-

वर्त्मेव भूय एवाभिवर्द्धते ।" कामस्य विघातेन विषयासक्तिरपि वृद्धिं याति । तदा च प्रवर्त्तते क्रोधः । क्रोधात् सम्मोहो जायते, सम्मोहाद् बुद्धिप्रणाशः । तस्माच्च प्रादुर्भवति दुःखपरम्परा । चिन्ता-परिताप-भयादीनि मनः परिव्याप्नुवन्ति ।

समाजकृतोऽपि अत्र अस्ति परिवेशः । जन्मकाले एव भवति सङ्गः मात्रा सह सद्योजातस्य शिशोः । सङ्गेन उत्पद्यते स्नेहः, मनसि आर्द्रभावश्च । सः स्नेहस्तु अतीव स्थूलो भवति । स्नेहो न जानाति सीमाम्, न च मानयति स्निग्धवस्तुषु अन्येषां अधिकारम्, न च सहते क्षणमात्रस्य अपि विच्छेदम् । स्नेहः, यतो हि अयं प्रसूतस्य शिशोः अन्धः विवेकशून्यश्च भवति, अन्येषां पितृभगिनी-भ्रातॄणामपि अधिकारं मातृविषयकं न सहते । एकाधिकारम् एव मन्यते । अनेन शिशोः मनसि प्रादुर्भवति मातरं प्रति स्निग्धभावेन सह ईर्ष्याभावोऽपि, क्रोधोऽपि, कुण्ठाऽपि, घृणाऽपि । एवम् उत्पद्यते मनोग्रन्थिः अनेकेषां विरोधिभावानां विमिश्रणेन, तेषां परस्परद्वन्द्वात्मकस्वरूपेण च । यतो हि शिशुः मातरं स्निह्यति द्रुह्यति च, अचेतनत्वाच्च न जानाति द्वन्द्वात्मकं मनोगतम् इमं भावम्, ततः अनेन जटिलेन मनोग्रन्थिना मृत्युपर्यन्तं विषीदति, तस्य विश्लेषणमपि कर्त्तुम् अशक्तो भवति । वयःस्थः सन् सः अनेनैव द्वन्द्वात्मकेन मनोभावेन भावयति सर्वमपि मानवसम्बन्धम् । सः यं स्निह्यति तस्मै एव द्रुह्यति । द्वन्द्वात्मिका इयं मनसः प्रवृत्तिः फ्रॉयडवादे (ambiralence of emotions) इति नाम्ना ज्ञायते । "द्वन्द्वात्मकमनोभावसिद्धान्तः" इत्यस्य संगतोऽनुवादः ।

फ्रॉयडसिद्धान्ते 'लिबिडो' ऊर्ज्जः लैङ्गिकः एव न भवति। अस्ति तत्र लैङ्गिकता, किन्तु ये केऽपि जीवन-व्यापाराः ते सर्वेऽपि 'लिबिडो' ऊर्ज्जतः समुद्भवन्ति । एवं 'इड' इत्यत्रापि शिशुजनन्योः जटिलभावसम्बन्धे भवन्ति अन्ये भावाः, तथापि लैङ्गिकता इमं सम्बन्धं स्पृशति । जातस्य एव शिशोः मनः शरीरं च अनेन ऊर्ज्जेन ऊर्जिते जायेते । अत एव यदा शिशुः मातुः स्तनं धयति, तां स्पृशति वा, मुखे चूचुकं करोति, चूषति वा, सः एतेषु व्यापारेषु लैङ्गिकमपि सुखम् अनुभवति, परं तोषं च प्राप्नोति । किन्तु तत्र गृहे पितुरपि मात्रा सह लैङ्गिको भवति सम्बन्धः, अतः बालकस्य मनसि प्रादुर्भवति पीडाप्रदः कोऽपि ईर्ष्याभावः । अनेनाऽपि भावानां ग्रन्थिः उत्तरोत्तरां जटिलतां याति । 'ईडीयस'मनोग्रन्थिः' अयं फ्रॉयडसिद्धान्ते ज्ञायते । 'जनन्या सह स्नेहः पित्रा सह च ईर्ष्याभावः शिशोः' इत्यस्ति मनोग्रन्थेः सारः ।

मात्रा पित्रा च सह कन्यायाः सम्बन्धः विलोमतां भजते । सा जन्मतः एव मात्रे द्रुह्यति, पितरं च स्निह्यति । 'इलेक्ट्रा' मनोग्रन्थिः इति नाम्ना ज्ञायते फ्रॉयडवादे ।

किन्तु नैतत् पर्याप्तम् । समाजे स्थिताः बन्धुबान्धवाः, माता पिता च, ये चान्ये अधिकृताः पुरुषाः, तेऽपि बालकस्य भयकुण्ठादिहेतवः । "मा मेति" वदन्तः एते पुरुषाः

तस्य भयं जनयन्ति। कुण्ठितकामः सः क्रुद्धो भवति। किन्तु क्रोधेन किम्, यतो हि एते जनाः दण्डधारिणः बलवन्तश्च सन्ति। दण्डेन भयं सम्भवति। सः अबुध एव बालः सर्वमपि जरठजल्पितं मनसा स्वीकरोति। सः बालकः तेभ्यः एव उचितानुचितज्ञानं, किं करणीयं किं वा अकरणीयम् इति गृह्णाति। तैः कृतां मर्यादां मानयति, मूल्यं च अन्तः-करोति, व्यवस्थां च अङ्गीकरोति। यदासीत् बाह्यं भयं तदेव सः बालः अजानन्नेव मनसः अन्तराले स्थापयति। मर्यादां समाजकृतां मानयन् सः "अहम् इदानीम् अभयं प्राप्तवान्", "न मे भयमस्ति", "अहं पुण्यवान्, विशुद्धात्मा पुरुष संवृत्तः" इत्याकारैः अनुभवैः भावितो भवति। फ्रॉयडमते तु आत्मप्रवञ्चना एव एषा न तु नैतिकता।

शास्त्राणि अनुसृत्य वयं जानीमहे यद् अस्ति 'अन्तःकरणं' यस्य प्रवृत्तयः सन्देह-पदेषु वस्तुषु भवन्ति, सतां प्रमाणम्। किम् इदं पुनः अन्तकरणं फ्रॉयडमते? उपरि वर्णितम् अन्तर्भयम् एव अन्तःकरणम्। अचेतनेन मनसा समाजविहितानां मूल्यानां स्वीकरणम्—अन्तःकरणम्। वयः प्राप्तोऽपि सः पुरुषः बाल्ये स्वीकृतं मूल्य-बोधं विवेचयितुं न जानाति; परम्पराप्राप्तम् इमं परित्यक्तुमपि असमर्थो जायते। शैशवे स्वीकृतः मूल्यबोधः यौवनेऽपि बन्धनं भवति मनसः। तम् उज्झित्वा नास्य सुखं, नास्य शान्तिः। अत एव परवश इव सः तं मूल्यबोधं भार इव वहति, मानयति च। एतादृक् पारवश्यं मनस्तापं जनयति, जाड्यं करोति धियः, अवरुणद्धि इन्द्रियाणाम् उन्मुक्तं प्रसरम्। न एतदस्ति केवलम् आत्मप्रवञ्चनम् अपि तु आत्मबन्धनमपि। बन्धने कस्य सुखं भवति?

एतद् अन्तःकरणं फ्रॉयडसिद्धान्ते 'स्युपरएगो' (Super Ego) इति नाम्ना ज्ञायते।

अस्ति 'स्युपर एगो' 'इड' इति द्वयोः सम्बन्धः। द्वौ अपि अचेतनौ स्तः। मनसः चेतनाशक्तेः उदयात् पूर्वमेव तयोः उत्पत्तिः जायते। विवेकादपि पूर्वं तौ गृहीतस्वरूपौ सञ्जातौ। अतः तयोरुपरि नास्ति चेतनस्य मनसो वशः विवेकस्तर्को वा तत्र न प्रभवति। अत एव 'स्युपर एगो' 'इड' वा यदा चेतनायाः जाड्यम् करोति, मनसि अस्थैर्यम् भयं वा जनयति, मनोदेहतन्त्रे वा विकारान् विस्तारयति, तदा मनसः अस्वास्थ्यम् अनुभवति मनुष्यः। विवशः विवेकशून्य इव तिष्ठति।

द्वौ अपि ऊर्ज्जस्वितौ, यतो हि 'लिबिडो' तौ ऊर्जयति, पूरयति च काम-प्रवृत्तिभिः, प्रेरयति च आमरणं भोगाय रोगाय वा। द्वौ अपि च याथार्थ्यम् न पश्यतः, अवलोकयितुमपि अक्षमौ, यतो, 'लिबिडो' अस्ति तमसावृतः जीवनोर्ज्जः यः 'इड'मपि अन्धीकरोति, एवं च 'स्युपरएगो' जन्मतः एव भयक्रोधकुण्ठादिभिः भावैः शैशवे निर्मितः प्रवृत्तिस्वरूपः। बाल्ये भावे यत्सत्यमासीत् तन्नास्ति सत्यं प्रौढे वयसि। तथापि

अचेनत्वात् याथार्थ्यम् न गृह्णाति, सत्यं च न स्वीकरोति, विवशः विषण्णश्च तिष्ठति जनः।

अस्ति तयोः विरोधोऽपि। 'इड' उन्मुक्तकामोपभोगाय चेतनं मनः प्रवर्त्तयति। 'पिब, भुङ्क्ष्व, खाद "कुतः अस्ति वचनीयता। कुत्र सन्ति मर्यादाः। ताः मनुष्यकृताः, कृत्रिमाश्च भवन्ति। किं पापं, किञ्च पुण्यम् एतादृशीं मीमांसां प्रकृतिः न हि स्वीकरोति, समाजनिबन्धना हि एषा।" इति। किन्तु 'स्युपर एगो' मर्यादानामेव सत्यं स्वीकरोति, न उत्सहते तासाम् उल्लङ्घनम् कर्त्तुम्। यदि करोति, पाप-चेतना तं पीडयति। अकृतेनाऽपि अपराधभावेन दूयते अस्य हृदयम्। शतशः पापानि तं परिवेष्टयन्ति, परितापयन्ति च। भयार्दितः, चिन्तासहस्रैः जडीभूतः न सः लभते शान्ति, निद्रां वाऽपि। चिन्ताजडानां तु अनिद्रात्वम् अद्य सर्वत्र श्रूयते। उन्मथितमिव भवति हृदयं 'स्यूपर एगो" द्वारा पीडितमानसानाम्।

अस्ति मनसः तृतीयोंऽशः। अस्य 'एगो' इति नामास्ति। अयम् 'एगो' मुख्यतया चेतनायुक्तः। सोऽपि ऊर्जितः। 'एगो' एव मनुष्यस्य अहम्भावः। 'एगो' मार्गेण एव 'इड' भोगलिप्सां करोति, कामयते सततं कामतृप्ति, यतो हि एष मनसः चेतनांशः। चेतनत्वेन 'एगो' जानाति परिवेशं भोग्यवस्तूनि च इह संसारे। अन्धत्वेन 'इड' शक्तिमान् अपि अशक्त इव भवति कामानामुपभोगेषु। 'एगो' साधनमस्ति 'इड' इति अन्धभोगकामस्य। किन्तु 'एगो' चेतनासाहाय्येन जानाति परिवेशस्य सीम्नः बन्धनानि च मानवकृतानि। सः याथार्थ्यवित्। अत एव सः 'इड' इत्यस्य कामनाप्रवाहम् अवरोद्धुं प्रयतते। किन्तु महाशनो हि कामः, महापाप्मा, अवरोधं न मन्यते, बलादिव प्रेरयति भोगान् प्रति, तरसा नियोजयति पापेषु। अत एव 'एगो' एव भुङ्क्ते भोगान्, परितप्यते च पापधिया। एतावानेव जीवितस्य परिणामः। विपाश्चितोऽपि पुरुषस्य एतादृशी भवति अस्मिन् संसारे नियतिः। चेतनं मनः तत्र किं करोतु, इति जानन्नपि अजानन्निव मनुष्यो भवति चिन्ताभिः जडीभूत इव, तमसावृत इव, अचेतनप्रवृत्तिभिः।

अस्ति अन्योऽपि विकल्पः। 'स्युपर एगो' अपि कदाचिद् बलोर्ज्जितो जायते। सोऽपि अचेतनः अन्धश्च। तस्य अन्तःकरणमेव शक्तिः। अन्तःकरणस्य, मुख्यतया निरोधकं बलं भवति। अत एव 'स्युपर एगो' भोगप्रवृत्ति निरुणद्धि। अन्धत्वात्, अचेतनत्वाच्च अयमपि, 'इड' व्यवहरति 'एगो' इत्यनेन सह मिलित्वा। सोऽपि याथार्थ्यम् अजानन्निव प्रवर्त्तयति 'चेतनं मनः—भोगानां निरोधाय, कामवृत्तीनां निषेधाय च। यथा कामस्य निषेधो नास्ति जीवितस्य यथार्थ्यं, तथैव कामस्य अमर्यादित उपभोगोऽपि न भवति याथार्थ्यम्। किन्तु इयमस्ति अत्र विडम्बना 'इड' 'स्युपरएगो' उभौ अपि न जानीतः याथार्थ्यं; 'एगो' एव जानाति यथार्थरूपेण परिवेशस्य बन्धनानि। सः (योऽस्ति अस्माकं अहम्भावः, अहं

चेतना वा) एवारित मार्गः उपभोगानां निषेधानाञ्च। उपभोगनिषेधयोः मध्ये पतितः 'एगो' पीड्यते इतस्ततः चाल्यते वा। यथातथं जानन् यदि 'एगो' उभयोः मध्ये विदधाति समायोजनं, सन्तुलनं च, तर्हि सुखं स्वास्थ्यं च मनसः भुंक्ते। विफले जाते सर्वत्रापि अस्य व्यवहारे प्रतिफलति असमायोजनभावः। असमायोजितस्य जीवितस्य अस्मिन् लोके नास्ति शं, नास्ति सुखम्। विरोधिमनोवृत्तीनां परस्परं सन्तुलनं, समायोजनञ्च, याथार्थ्येन सह अपि तासां सम्यग् अवस्थापनं—एतदेवास्ति मनसः स्वास्थ्यं सुखं च।

एवम् अविभक्तम् एकमपि मनुष्यस्य मनः अनेकधा विभक्तमिव लोके व्यवहारं करोति। प्रथमतस्तु चेतनं, अचेतनञ्च मनसः विभागद्वयमस्ति। चेतनं मनः परिवेशं जानाति; एतेन सह शतशः व्यवहरति, मानवकृतानि प्राकृतानि वा बन्धनानि अङ्गीकृत्य भोगलिप्सां समायोजयति, विफले सति दूयते भृशं च। अचेतनं मनः नास्ति याथार्थ्यवित्। तच्च जन्मजन्मान्तरसंचितैः संस्कारसहस्रैः रचितम्। अस्मिन् अपि जन्मनि जातमात्रस्य जीवस्य समुद्भवन्ति अनेका अनुभूतयः, भावोद्रेकाश्च। सर्वेऽपि अनुभवाः सुख-दुःख—स्वरूपाः भवन्ति। न ते विस्मर्यन्ते कालगत्या। ते स्मृतिशेषाः तिष्ठन्ति मनसः अचेतनेषु गर्त्तेषु। अनुभवाः दुःखदण्डपापादीनां धियम् उत्पादयन्ति, ते स्मृतिमात्रशेषाः अपि तमसा दूषितं मानसं सम्पादयन्ति। अन्यच्च, ते स्मृताः सन्तः मनोदेहयन्त्रे पुनरपि प्रकटीकुर्वन्ति उत्तेजनानि। तानि जनयन्ति पीडाप्रदम् उद्वेगं, भयञ्च। उत्तेजनानां प्राचुर्येण मनोदेहयन्त्रस्य स्फोटोऽपि सम्भवति। अत एव अस्य रक्षार्थं उपायद्वयमत्रास्ति। एकः—उत्तेजनानाम् उपभोगेन प्रशमनं, अथवा, द्वितीयः—तेषां चेतनैरचेतनैर्वा प्रयत्नशतैः दमनम्। भयमपि चेतनेन मनसा उपभुक्ते सति प्रशमं याति। क्रोधस्यापि शमनम् एवमेव जायते। एषः प्रशमनविधिः फ्रॉयडसिद्धान्ते 'रेचनम्'—कैथार्सिस इति संज्ञया अवबुध्यते। अन्यच्च अस्ति 'दमनम्'। भयोन्मथितं मनः कामयते प्रयतते च पीडाप्रदान् पूर्वानुभवान् विस्मर्तुम्। अस्ति चास्य स्वरक्षार्थम् ईदृक् सामर्थ्यं यन्मनः चेतनैरचेतनैश्च प्रयत्नैः दमयति 'इड' जनितानि, 'स्युपरएगो' जनितानि वा उत्तेजनानि। नो चेत् विनष्टं भवेत् शरीरं, भ्रष्टा भवेच्च सर्वाऽपि मानसी व्यवस्था। अत एव 'दमनं' तु आवश्यकम्। किन्तु मर्यादामतिक्रम्य यदि 'दमनं' विधीयते, तदा अनेन दमनातिशयेन जायते मनःशरीरयोः महती हानिः। यद् भवतु, तद् भवतु। अनया दमन-प्रक्रियया असंख्येयाः अनुभवाः अचेतने मनसि स्मृत्यवशेषाः संचिताः भवन्ति। विस्मृतिं गताः अपि ते मृतिं न हि प्राप्नुवन्ति। ते पुनरपि चेतने मनसि प्रवेष्टुमपि प्रयत्नशीलाः भवन्ति। तेषाम् अवरोधाय निरन्तरं जागर्त्ति चेतनं मनः। समाजात् बहिष्कृताः चेतनेनाचेतनेन मनसा परित्यक्ताः एते दमिताः अनुभवाः पुनः-पुनरपि प्रतिहन्यमानाः स्मृतिपथम् आयान्ति। अनेन शक्तिक्षयो जायते एव, इति सुनिश्चितम्।

अचेतनस्य मनसः एकोंऽशः विस्मृतिप्राप्तानाम् अनुभवानाम् अवशेषैः निर्मितः। सः अंशः 'इड'भागेऽपि प्रविष्टो भवति; 'एगो' इति अंशमपि प्रभावयति तथा 'स्युपर एगो' इति अंशमपि प्रेरयति पूरयति च स्वसंस्कारशतैः। एते विस्मृताः संस्कारशेषाः' अनुभवाः बाल्ये जनिताः आसन्। तदा बाल्यभावैः पीडालज्जाकुण्ठाभयादीनि अनुभूतानि शिशुसुलभेन मनसा। इदानीं प्रौढे वयसि नास्ति तेषामुपयोगः। तथापि ते पूर्वानुभवाः चेतनायां प्रवेष्टुं प्रतिहन्यमानाः अपि प्रयत्नशीलाः भवन्ति। अवरुध्यन्ते च अचेतनस्य मनसः एकांशेन। सः एकांशः सततं जागरूकः 'अवरोधकः' अथवा 'सेन्सर' इति नाम्ना उच्यते।

तत्रापि अस्ति एकः उपायः। लज्जाभयादि—जनकाः पूर्वानुभवाः स्वकीयं मूल-स्वरूपं आच्छाद्य नूतनं किमपि नेपथ्यं च परिधाय प्रविशन्ति चेतनं मनः। यथा, बालचापल्ये स्वमात्रा, भगिन्या वा सह कामक्रीडा कृता भवेत्, कल्पिता वा भवेत्। अथवा, स्वकीयेन शिश्नेन सह क्रीडन् ताडितो भवेत् पित्रा वा भ्रात्रा वा। लज्जां अजानन्तः बालकाः शैशवे कुर्वन्ति शतशः कामक्रीडाः, तृप्तिं अनुभवन्ति च तासु क्रीडासु। प्रौढे वयसि तासां स्मरणमात्रमपि भयप्रदायि, लज्जाकरं च भवति, पापधियं च उत्पादयति चेतने मनसि। कदाचित् पिता बन्धुर्वा भणति "कर्त्तयिष्यामि ते शिश्नं यदि त्वं एनं स्पृशसि।" अनेन बालमनः भीतिं गच्छति। किन्तु एते सर्वेऽपि अनुभवाः बाल-सुलभाः। तेषामस्ति एकं नाम : बालभावः। सः बालभावः अतीव आकर्षको भवति सर्वेषाम्। तत्र बाल्ये न सन्ति निषेधाः न च निरोधाः उन्मुक्तो भवति 'इड' विलासः। सः बालभावः अतीतोऽपि पुनः पुनः स्मर्यते चेतनेन, अचेतनेन च मनसा। स्मृतोऽपि पुनरनुभूतोऽपि अयं बालभावः। चेतनां सिञ्चति रसैः ऊर्जैश्च, विनोदयति आनन्दयति च मनः। स्वप्ने यदा अवरोधकः (सेन्सर) स्वयं निद्राति, तदा स्वकीयं लज्जाभय-जनकं स्वरूपं उज्झित्वा शैशवोचिताः अनुभवाः नूतनेषु नेपथ्येषु आविर्भवन्तिः मोद-यन्ति च प्रसुप्तस्य मानवस्य मनः 'पूर्वानुभवानां नूतनं नेपथ्यं 'प्रतीकः' (सिम्बल= Symbol) इति परिभाषा। यथा, वृक्षगजसर्पादयः शिश्नस्य प्रतीकाः सन्ति। सोपानारोहणं, जलेषु स्नानं, नभसि उड्डयनं, नदीषु निमज्जनं वा भवन्ति प्रतीकात्मिकाः कामक्रीडाः। एवं अन्ये सन्ति बहवः प्रतीकाः। स्वप्ने अनुभूताः एते प्रतीकाः प्रतीका-त्मिकां कामतृप्तिं जनयन्ति। संस्कृतिविकासक्रमेण, एते प्रतीकाः नृत्य संगीतचित्रमूर्त्ति-स्थापत्यादिषु कलासु नूतनानि नेपथ्यानि धारयित्वा मनोहरैः रूपैः, रङ्गैश्च रेखाभिश्च, लयतालसमन्विताः सन्तः, प्रकटीभूताः। मनुष्यस्य नवोन्मेषशालिनी प्रतिभा सृजति नित्यमेव अनन्तानि रूपाणि, मोहयति मोदयति च मनुष्यान्। एते सर्वेऽपि प्रतीकाः 'इड' इत्यस्य प्रतीकात्मिकां प्रीतिं जनयन्ति, प्रमोदयन्ति चापि चेतनं मनः।

तथापि नास्ति बालभवस्य मेलः प्रौढभावेन साकम्। यदा बालभावः प्रविशति, प्रभावयति च प्रौढभावं, तदैव जायते मनोविकृतिः। प्रौढे बालस्य समुदयः, अथवा

प्रौढावस्थायां बालाचारः—स एव भवति मनोविकारः। प्रौढभावः इति किम्? अहंकारस्य (एगो इत्यस्य) ग्रथनविशेषः व्यवस्थाविशेषो वा अस्ति प्रौढभावः यः बालचापल्यम् उत्सृज्य याथार्थ्यं गृहीत्वा परिवेशम् अनुसृत्य च लोके व्यवहरति। प्रौढभावः एव अस्ति मनसः स्वास्थ्यम्। अहंकारस्य प्रौढग्रथनं रक्षितुम् अपि भवन्ति केचित् प्रयत्नाः। प्रयत्नानां विवेचनम् अग्रे वयं करिष्यामः। इदानीन्तु इदमेव ज्ञेयम् = स्वास्थ्याय सुखाय च अहंकारस्य रक्षा विधेया।

फ्रॉयडः अस्ति पिता ऊर्जमनोविज्ञानस्य (Dynamic Psychalagy)। मनः ऊर्जस्वरूपम्—इति मतम्। ऊर्ज एव ऊर्ज्जयति मनः शरीरं च। अयम् ऊर्जः जीवनाद् उद्भूतः, जीवनमेव धारयितुं प्रवृत्तः, धारयितुं क्षमश्च। प्रवृत्तीनां परितोषात् जायते सुखं, वर्द्धते स्वास्थ्यं च। अयमस्ति फ्रॉयडमहोदयस्य सुखवादः। कथमनेन ऊर्ध्वगामी विकासो भवेत्, कथं च मानव-मनः स्वातंत्र्यमनुभवेत्---इत्यादि प्रश्नानां नास्ति अत्र उत्तरम्।

सारांशः

फ्रॉयडवादस्य अयमस्ति सारः।

एकं अविभक्तमपि मानवमनः विकासक्रमेण अनेकधाविभक्तमिव आचरति। विभाजनं तु विकासस्य अस्ति मूल्यम्। अविकसितं, संस्कृतिशून्यं, सभ्यताविरहितं, समाजाद् दूरस्थितं मनः अविभक्तमिव तिष्ठति। किन्तु एतादृशी पशोः स्थितिरस्ति। विकासबलेन मनुष्यः पशूनां स्थितौ स्थातुं न शक्नोति, विकासोन्मुखो भवति च। एवं प्रजायन्ते बहवो भावाः, विरोधिन्यश्च प्रवृत्तयः। विकासो भवति, विभाजनमपि मनसः विरोधिनीषु प्रवृत्तिषु जायते। एतद् अनिवार्यम्। मनसो वैकल्यमपि अस्ति संस्कृतेमूर्ल्यम्। सभ्यताजन्मा विक्षिप्तता। अत एव येन केनाऽपि प्रकारेण अविभक्तं तिष्ठतु मनः विभक्तेषु अपि विविधेषु अंगेषु, तदेव कार्यं सुखस्य, स्वास्थ्यस्य च हेतवे। अस्ति प्रकृतिसंस्कृत्योरपि कश्चिद् विरोधः। 'इड' प्राकृतं सन् प्रकृतिमनुगच्छति। 'एगो' संस्कृतिं बहु मन्यते। 'स्युपर एगो' अस्ति उभयस्थः। किन्तु मनसः स्वास्थ्याय सुखाय च प्रकृतिसंस्कृत्योरपि समायोजनम् उचितम्। असमायोजने सति भवति विभक्तं मनः। विभक्तमनस्कता एव दुःखम्। अविभक्तं मनः सुखं स्वास्थ्यं च अनुभवति। यदा मनसो विविधाः विरोधिनो विभागाः परस्परं कलहायन्ते, तदा असुखमेवानुभूयते, विषण्णं, तमसावृतं च भवति मनः। अस्ति धर्मः, अस्ति दर्शनं, अस्ति विज्ञानं, अस्ति च नीतिरपि। किन्तु धर्मः 'स्युपरइगो' इति अस्य शक्तिमेव वर्द्धयति; तथैव नीतिरपि करोति। किन्तु किमनेन? 'एगो' तथा च 'इड' इत्येतयोः द्वयोः शक्तिः अनेन क्षीयते, जीवनेच्छा दुर्बलायते, पलायते च चेतनं मनः याथार्थ्यं परिमुच्य अयथा-

र्थेषु मनोलोकेषु। भवन्ति केचित् भ्रमात्मकाः मनोरोगाः। धर्मः अपि एतादृशानां रोगाणां जनको भवति, फ्रॉयडसिद्धान्ते। कलादयः 'इड' शक्तिं संवर्द्धयन्ति। अनेनाऽपि 'एगो' बलस्य क्षयो भवति। याथार्थ्यं तु 'एगो' इत्यस्यैव विधानम्। अत एव येनापि विधिना भवेत् याथार्थ्यविदः अहम्भावस्य ऊर्जवृद्धिः, रक्षितं च अस्यं अविभक्तं ग्रथनं, तेनैव विधिना रक्षणीयं मनसः स्वास्थ्यं, संवर्द्धनीयं चास्य सुखम्। इति

यूंगमहोदयस्य परिकल्पना

"मनः किम्" ? इति

यूंग आसीत् फ्रॉयडमहोदयस्य शिष्यः सुहृद् च। यथा ज्ञातमेव अस्माकं फ्रॉयड-सिद्धान्तेन उन्मुक्तभोगवादः बलं लभते। मनुष्यो हि मनःस्वरूपः। मनस्तु कामबीजम्। काम एव मनः चालयति, उत्तेजयति, विविधैश्च प्रकारैः तृप्तये प्रेरयति, किन्तु तदापि शमं न लभते, दमनेन अपि उग्रतरं जायते, अचेतनेषु जीवनस्य गर्भभागेषु प्रविश्य शतशः विकृतिम् उत्पादयति, मनःशरीररोगान् च जनयति। शमो न सम्भवति, दमश्च हानिप्रदः। एतादृशीं स्थितिम्, आलक्ष्य यूंगः मेने — न इदं कामरूपं भवेत् मनः। धर्मदर्शननीति--विज्ञानादयः न सन्ति विविधाः दमनप्रकाराः, यथा फ्रॉयडः मन्यते, परन्तु तैः एव मनः शममनुभवति, जीवनाय प्रयतते च। एतैरेव समृद्धं समर्थं च मनो भवति। ईदृक् मनः सुखं स्वास्थ्यं च भुंक्ते, न तु पुनः दीनं, दुर्बलं मनः भवतु अन्यद् मनसः स्वरूपम्। इति।

यूंगसिद्धान्ते : अस्ति मनोद्वयम्। एकं विशिष्टम् अन्यच्च अविशिष्टम्। यद् विशिष्टं मनः तद् 'मदीयं','त्वदीयं', 'एतदीयं' वा मनो भवति। मदीयं मनः मज्जीवनानु-भवेभ्यः संजातम्। याः अस्य वृत्तयः प्रवृत्तयश्च, याऽपि रचना, यदपि ग्रथनं वा, तत्सर्वमपि स्मृतिस्थैः संस्कारशेषैः स्वरूपं लभते। किन्तु अनन्तः कालोऽतीतः। सः सर्वोऽपि कालः अविशिष्टभावेन अस्माकं सर्वेषामपि मनसि, मस्तिष्के, शरीरे च संस्कार-रूपेण संचितः। बहून् विकासक्रमान् अतीत्य अस्माभिः मानुषत्वं लब्धम्। मानुषत्व-लाभस्तु लाभ एव मनुष्याणां, न तु हानिः, यथा मन्यते फ्रॉयडमहोदयः। तत्र जीवने अस्ति 'पूर्णतां प्रति गन्तुम्', पूर्णताप्राप्तये वा बलवती प्रवृत्तिः। अपूर्णस्य सुखं नास्ति। विशिष्टं अस्मदीयं मनः अविशिष्टेन सह एकीभूय पूर्णतां भजते। विशिष्टं मनः "व्यष्टिः", अविशिष्टं च मनः 'समष्टिः' यूंगसिद्धान्ते।

फ्रॉयडवादे धर्मो भ्रम एव, स्वभावजन्यां प्रकृतिं निरुध्य च एष मनोविकारान् विस्तारयति एव। किन्तु धर्मः अनन्तं, सनातनं च नित्यं च अवगाहते, समष्टिमनसः समीपं वर्त्तते तथा च व्यष्टिमनसः या अस्ति पूर्णताम् अवाप्तुं कामना तां पुष्णाति, तर्पयति च। समष्टिमनः एव अनन्तं च सनातनं चास्ति। तस्य सीमा एव नास्ति। तदेव समष्टि मनः व्यष्टिमनसः मूलमस्ति, आधारोऽस्ति, पूर्णता अस्ति। तेन सह सम्पृक्तं भूत्वा तच्च पूर्णतामनुभवति, तस्माच्च दूरीभूय, पृथग्भावेन वा स्थित्वा इदं व्यष्टिमनः लघुतां याति, उच्छिन्नमिव अनुभवति, बिभेति, विकारं च भजते। समष्टि-

व्यष्टिमनसोः अस्ति आधारभूतम् एकत्वं, अविभक्तस्वभावत्वं च। व्यष्टिमनः एव समष्टि लोके प्रकटयति, अभिव्यञ्जयति च। समष्टिमनः विकासोन्मुखं तिष्ठति, प्रकाशयति च अधिकाधिकां मानवस्वभावस्य पूर्णताम्। विकासस्य सर्वा अनन्ता च सम्भावना तत्रैव वसति। व्यष्टिमनः तां सम्भावनां पूरयितुं प्रयतते। अनेन प्रकारेण द्वयोः अविभक्तयोः मनसोः भवति अन्योन्याश्रयत्वं, पोष्यपोषकभावश्च। यावत् पर्यन्तं द्वयोः पोष्यपोषकभावः संवर्द्धते, तावत् पर्यन्तं मनः स्वास्थ्यं च सुखं च अनुभवति। सम्बन्धस्य विच्छेदे सति जायन्ते विकारप्रचाराः। इति यूंगसिद्धान्तः।

धर्मेण व्यष्टिमनः आनन्त्यं भुंक्ते। तत्र प्रार्थनाध्यानोपासनादिभिः उपायैः, उपवासादिभिश्च व्रतैः, यज्ञदानादिभिः प्रकारैश्च व्यष्टिमनसः वर्द्धते स्वास्थ्यं सुखञ्च। समाधिषु सिद्ध्यति द्वयोः अद्वैतभावः।

कला सृजति कृतिसहस्राणि, संस्कृतेः शृङ्गारभूतानि, चित्रमूर्तिस्थापत्यादीनि, मानवतायाः अलंकारभूतानि अस्यां भुवि। तत्रास्ति गीतवादित्रनृत्यस्वरूपं संगीतम्। एतासु कलासु सर्वत्रैव व्यष्टिमनः शरीरकृतानि बन्धनानि क्षणाद् लङ्घयित्वा अनन्ते प्रविशति, आलोडयति च आनन्दसान्द्रं सागरम्। मनःकृताः अपि भवन्ति सीमाः। ताः सौन्दर्यः-प्रभावैः लङ्घिताः भवन्ति। कलाद्वारेण मनः स्वगर्भे निलीनं किमपि अनिर्वचनीयसुखं लभते। रसं हि लब्ध्वा मनो मोदते, ऊर्जस्वितं भवति, विकासमार्गे चापि अग्रे सरति। स्वास्थ्यवर्द्धको हि कलाप्रभावः, न तु शक्तीनां ह्रासकरः यथा मन्यते फ्रॉयडमहोदयः।

'आडलर' विचार-चर्चा

आडलरमहोदयोऽपि आसीत् यूंग इव फ्रॉयडमहोदयस्य शिष्यः सुहृच्च। किन्तु गुरोः कामप्राधान्येन सिद्धान्तेन अस्य जातं प्रकामं नैराश्यम्। अत एव आडलरः प्रारब्धवान् स्वतन्त्रं सिद्धान्तं प्रतिपादयितुम्। सोऽपि मनसः स्वरूपम् अन्वेष्टि, पृच्छति च—कथं मनोविकाराः प्रभवन्ति? कथं च जायते मनसः स्वास्थ्यं सुखं वा? इति।

आडलरमतानुसारेण, मानव-शिशुः अतीव दीनः दुर्बलश्च जायते। प्रसवकाले सः भवति भृशं पराश्रितः। माता तं स्तन्येन जीवयति, पिता पालयति रक्षति च विविधभयेभ्यः। अहो क्रन्दनं बालानाम्! अहो च दैन्यं स्तनन्धयानाम्! शैशवानन्तरमपि सः पराश्रित एव जीवनं धारयति। सः अतीव ह्रस्वः निर्बलश्च, समन्तात् पश्यति विशालाकृतीनि वस्तूनि! अनेन अस्य भवति भयम्। अपि च, बालस्य नास्ति अस्य पौरुषं बलं च। अत एव सः सर्वत्रापि पराभूयते। न तं कोऽपि मानयति जनः। इत्येवं

प्रकारकैः अनुभवसहस्रैः तस्य बालस्य बाल्ये एव प्रतिष्ठापितो भवति हीनताभावः, दैन्यभावना वा। बाल्ये अजानतः अस्य अचेतने, विवेकशून्ये मनोभागे प्रविशति पीडाप्रदः हीनताभावः। दुःखोन्मथितस्य अस्य हीनताभावनिवारणाय नास्ति कश्चित् उपायः। अत एव तं हीनताभावं प्रच्छादयन्निव सः "अहं बलवान्, अहं बुद्धिमान्, न मत्समः कोऽपि अस्ति, सः अन्यः पुरुषः दीनः, नाऽहम्" इत्याकारकैः भावैः आत्मानं प्रवञ्चयति। द्विधा विभक्तमिव भवति अस्य मनः एतेन अचेतनेन मनसा सः हीनताभावं भजते, अन्येन चेतनेन मनसा सः प्रयत्नशतैः हीनताभावम् आच्छादयति। अनेन प्रकारेण द्विधाविभक्तं मनः अन्तःस्थितेन मनोग्रन्थिना पीड्यते।

हीनताभावग्रन्थिः—अयमस्ति आडलरमहोदयस्य विचारसारः। कामो नास्ति मनोबीजम्, यथा फ्रॉयडस्य मते अभवत्। नास्ति वा युंग इव व्यष्टिमनसा निरन्तरं समष्टिसन्धानम्। भारते अपि उपनिषत्सु जीवस्य ब्रह्मभूयाय अनेकाः विद्याः उपासनाश्च प्रोक्ताः। ग्रन्थीनां भेदनाय जीवः सततं चेष्टते, येन सम्पद्यते अस्य ब्रह्मानुभूतिः। "सत्यं ज्ञानमनन्तं ब्रह्म।" ब्रह्मतानुभूतिः अनन्तस्य अनुभूतिरेव तत्तु बन्धनानां ग्रन्थीनां च विमोचनेन सम्भवति। मोक्ष एव उपचारोऽस्ति चिन्तातुराणां, यतो हि बन्ध एव मनोरोगः। ब्रह्मत्वानुभूतिः एव जीवस्य कामः। तस्य कामस्य अतर्पणाद् जायन्ते बन्धनानि। एव फ्रॉड-यूंग-आडलरादि-महोदयानां विचाराणां उपनिषद्विद्यासु समाहारः सम्भवति।

यथा पूर्वमेव प्रोक्तं अस्माभिः—यत्र विविधाः विरोधिनश्च च भावाः परस्परं उद्ग्रथिताः भवन्ति, केचित् भावाः चेतने स्थिताः, अन्ये च अचेतने स्थिताः, तत्र आविर्भवन्ति मनोग्रन्थयः। यतो हि तेषां उन्मोचने अक्षमो भवति जनः, न च जानात्यपि वैकल्यस्य कारणं, अतः सः प्रकामं पीड्यते तैः मनोग्रन्थिभिः। आडलरमते हीनभावनाग्रन्थिना ग्रथितः पुरुषः स्वीकरोति एकां जीवनशैलीं, या आपाततस्तु स्वस्था इव प्रतीयते, किन्तु याथार्थ्यतः सा मिथ्या व्यवसायानामुपरि आश्रिता भवति। सः मनुष्यः सर्वदैव स्पर्धते, सर्वान् अतिशयितुं विचेष्टते, स्वकीयानि साधनानि अनादृत्य असाध्यं दुःसाध्यं वा कर्त्तुमीहते, अल्पेनैव अवमानेन आत्मानम् अधिक्षिप्तं मन्यते। किन्तु नास्ति तस्य सुखं शान्तिर्वा, यतो हि आत्मानमपि तत्त्वेन असौ न अभिजानाति। अभिमन्यते, किन्तु तत्कालमेव नैराश्यं भजते। न च शाम्यति तस्य सम्मानकामः। एवं सचेताः अपि अयं विचेताः इव व्यवहरति।

सामान्यं विशेषश्च त्रिषु मतेषु

अस्ति किंचित् सामान्यं फ्रॉयड-यूङ्ग-आडलरमहोदयानां विभिन्नेषु अपि मनश्चिकित्साविज्ञानसिद्धान्तेषु। तत्तु इदं सामान्यम् :—

अस्ति मनः। तन्मनः शरीराद् भिन्नम्। किन्तु भिन्नमपि मनः शरीरं स्वप्रभावैः उत्तेजनैर्वा पूरयितुं शक्नोति। स्वस्थे मनसि सर्वं स्वस्थम्। अस्वस्थे च सति रुधिरे, यकृतादिषु ग्रन्थिषु, हृदयपाचनयन्त्रादीनां क्रियासु च सर्वत्र विकृतिशतम् उत्पद्यते। अत एव मानसं स्वास्थ्यम् आवश्यकम्। बहवः शरीररोगाः अपि मनोमूला एव भवन्ति।

तन्मनः चेतनाचेतनस्वरूपं द्विधा विभक्तम्। याथार्थ्ये चेतनस्य विधानमस्ति, यतो हि चेतनं मन एव याथार्थ्यं जानाति, ज्ञात्वा च तेन सह अन्तर्मनःस्थितानां कामानां समायोजनं विदधाति, समायोजनं च विधाय समाजमध्ये निर्भयं जीवनं यापयति। परिवेशस्य सीमाः वेत्ति, अत एव ताः न विलङ्घयति। किन्तु एतस्मिन् प्रयत्ने मनः अचेतनप्रवृत्तीनां प्रबलम् उद्गारम् अवरुणद्धि। अनेन जायते द्वन्द्वात्मकः अन्तःसंघर्षः। एष संघर्षः विविधेषु सिद्धान्तेषु विविधानि स्वरूपाणि गृह्णाति, किन्तु द्वन्द्वात्मकः अन्तःसंघर्ष एव अस्ति कारणम् अस्वास्थ्यस्य मूलं च मनोरोगाणमिति सर्वैः स्वीकृतम्।

इदमत्र वैचित्र्यं यन्मनः अन्तःस्थितस्यापि स्वकीयस्य एकभागस्य गति-विधिं न जानाति, अजानच्च तेन सह युद्धयति। फ्रॉयडमते इदम् अचेतनं मनः कामस्वरूपां तृप्तिं कामयते। यूंगसिद्धान्ते इदम् अचेतनं मनः अन्तर्गूढं समष्टि-स्वरूपं, व्यष्टिरूपेण मनसा सह संयुज्य सम्पूर्णतां ईष्टे। आडलर राद्धान्ते च अचेतनं मनः बाल्ये जनितैः हीनतासंस्कारशतैः मर्दितं सत् हीनताभावानां पारं गन्तुम् ईहते। कामतृप्तिस्तु असम्भवा, तथैव च पूर्णत्व-प्राप्तिरपि, तथैव च हीनता-भावस्य पारगमनम्। इदमपि अत्र त्रिषु सामान्यमेव यत् असम्भवेन सह चेतनस्य संघर्षः।

मनोग्रन्थि-सिद्धान्तः अपि त्रिषु सामान्य एव। चेतनाचेतनयोः ग्रन्थिः, इति अस्ति एकः ग्रन्थिः। अस्य ग्रन्थेः उन्मोचने अशक्यत्वात् चेतनं मनः अन्यान् विकृतानपि उपायान् सृजति, यथा फ्रॉयडमते कलादिषु सृष्टिषु कामस्य तृप्तये मनः व्यभिचरति, स्वप्नादीन् रचयति, इतस्ततः व्यर्थं भ्रमति वा। कामप्रचोदितं

अचेतनं मनः अपि विविधैः उपायैः अयथार्थैरपि अनेकान् ग्रन्थीन् सृजति तृप्तिमिच्छत्, आत्मरक्षार्थं भयैः पीड्यमानं सच्च चेतनं मनः मिथ्यैव चेष्टते। एवं च प्रारभते मनोविकृति-विस्तारः, नवनवग्रन्थीनां सृष्टिपरम्परा च। अन्येषु सिद्धान्तेषु अपि अयमेव विधिरस्ति मनोग्रन्थीनाम् उद्भवाय, विकृतीनां विस्ताराय च।

ग्रन्थीनाम् उन्मोचनमेव एकोऽस्ति मनश्चिकित्सोपायः। यावत् तिष्ठेत् ग्रथितं मनः, तावन्नास्ति शान्तिः सुखं वा स्वास्थ्यं वा। किन्तु अज्ञातं हि अचेतनं मनः। कथम् अस्य सम्भवति समाधानं सन्धानं वा, उन्मोचनं समायोजनं वा? यद्यपि उपचारोपायाश्च व्याख्याताः एभिः महावैज्ञानिकैः, तथापि अज्ञातस्य अचेतनस्य कथमिव चेतनोपचारः, इति विद्यते अद्यापि विडम्बना अस्मद्विधानाम्।

आधुनिका

आधुनिकानां विचाराः

फ्रॉयडवादस्य वैज्ञानिकता सर्वैः एव स्वीकृता। स्वतन्त्रेषु सशक्तेषु च तर्केषु प्रतिष्ठितः अयं प्रकामं कामसिद्धान्तः। कामः देहजो भवति। देह-सारैः शरीरान्तः-स्थितैश्च रसैः अहरहः सिच्यमानः अयं कामः सर्वदैव प्रवर्द्धते, नियमयति च मनसो व्यापारान् उत्तेजयति च शरीरधातून्। कथमस्य शमनं भवेत्? इत्येक एवास्ति प्रश्नः। नवीनैः उन्मुक्तभोगसिद्धान्तः सर्वत्र अङ्गीकृतः। स्वीकरणेन समुद्भूता आधुनिका संस्कृतिः, अर्वाचीना योरोपीयसभ्यता च। किन्तु उन्मुक्तभोगवादस्य परिणामान् मनसि आलोच्य कैश्चित् विचारकैः इदमपि चिन्तितं यन्नास्ति अयं काम-सिद्धान्तः लोकानां कल्याणाय, नास्ति वा इदं परमं सत्यं यत् फ्रॉयडमहोदयोऽवादीत् मनुष्यविषये। परिणामतः इयम् इदानीं स्थितिः प्रवर्त्तते—सन्ति फ्रॉयड-महोदयम् अनुवर्तमानाः केचित् चिन्तकाः, येषां मते यत् फ्रायडः अवादीत् तत्सत्य-मेवावादीत्।

सन्ति च नवफ्रॉयडवादिनः अनेके सिद्धान्ताः इदानीं प्रचलिताः। ते फ्रॉयड-महोदयम् अनुसरन्तोऽपि इतस्ततः किंचित् परिवर्तनम् अनुमोदयन्ते।

सन्ति च फ्रॉयडविरोधिनो राद्धान्ताः ये मनश्चिकित्साविज्ञानस्य नूतनान् कानपि आधारान् प्रतिपादयन्ति। मनोरुजां तेषां व्याख्या अपि अपूर्वा, चिकित्सा-विधयश्च नूतनाः सन्ति।

सन्ति चान्ये अत्याधुनिकाः मनश्चिकित्साविज्ञानविधयः अश्रुतपूर्वाः अपि विज्ञानसम्मताः।

एतेषां सर्वेषां व्याख्यानं नात्र सम्भवति। संक्षेपेण, साररूपेण च एते अत्र संगृह्यन्ते।

यच्चास्ति सर्वेषां सारभूतं आधारभूतश्च तत्तु इदमेव—अस्ति मनः। तन्मनः चेतनाचेतनरूपं द्विविधम्। महानस्ति अस्य विस्तारः, तद् अनुभूतीनां संस्कारा-वशेषसहस्रैः निर्मितम्। शरीरेण सह नद्धपरिवेशे च समाजशक्तिभिः सह संघर्षे संलग्नम्। विभजनाच्च हेतोः अविभक्तमपि विभक्तमिव अन्तर्द्वन्द्वात्मकेषु संघर्षेषु रतम् अत एव च असुखम् अस्वास्थ्यं च अनुभवति, स्वास्थ्याय सुखाय च मानसोपचार-विधिभिः पुनरपि एकं प्रविभक्तं भवतीति।

(क) तत्र सन्ति नव फ्रॉयडवादिनो विचारकाः येषां मते शैशवम् अस्ति अतीव महत्त्वपूर्णः जीवनस्य कालः। शैशवे बालः मात्रा पित्रा च सह, भ्रातृभिः भगिनीभिश्च सार्धं, अन्यैश्च बहुभिः जनैः, तथा च विश्वेनाऽपि जगता साकं, स्वकीयान् सम्बन्धान् स्थापयति। एतेषु सम्बन्धेषु बालसुलभत्वं दृश्यते, किन्तु न तत्र भवति विवेकः, तदा बुद्धेः सम्यग् विकासाभावात्। अजानन्नेव शिशुः कर्माणि जनं प्रीणाति कस्माच्चित् बिभेति वा। कैश्चित् सह आशाबद्धो जायते, अन्यैश्च सह कटुताम् अनुभवति सः। सर्वे जनाः तं प्रति स्निग्धभावाः भवन्ति, स्नेहधाराभिश्च सिञ्चन्ति च तस्य शिशुहृदयम्। सोऽपि स्नेहं ददाति तेभ्यः। एवं वर्द्धन्ते स्नेहबन्धनानि, द्वेषबन्धनानि वा अस्य शिशोः मानसे। एते सम्बन्धाः अविवेकजाताः यदा प्रौढे वयसि विच्छिन्ना इव जायन्ते विदलिता वा भवन्ति नूतनैः अनुभवैः, तदा भवति विचलितं मनः। केषुचित् अवसरविशेषेषु विशीर्यते इव हृदयं, शीर्यन्ते इव इन्द्रियाणि, जीर्यते इव देहः। "अहो, इयं मे जननी, इयं मे स्वसा, अयं मम जनकः बन्धुर्वा, ये सर्वेऽपि पुरा आसन् मां प्रति स्नेहाधीनाः प्रीयमाणाश्च, इदानीं मां प्रति स्वार्थवशा इव आचरन्ति, न मां यथापूर्वं स्निह्यन्ति, अपि च बन्धवश्च मे द्रुह्यन्ति।" अनेन अनुभवेन जायते अस्य असहनीया वेदना। सोढुम् अशक्यत्वात् त्रुटतीव चास्य मनः, स्फुटतीव चास्य हृदयं, वर्द्धते च समन्तात् जीवने विडम्बना। विडम्बना-विस्तरेण भारस्य अतिशयत्वात् मनसो रोगाः प्रभवन्ति। 'अविवेकः परमापदां पदम्' इत्युक्तं सत्यमेव प्रतिभाति। सः अविवेकः बाल्यभावस्य यौवने, प्रौढे वयसि वा, विचारशून्या स्वीकृतिरेव।

(ख) भोजनमिव स्नेहोऽपि मनसः शरीरस्य च पुष्टये तुष्टये च आवश्यकः। स्नेहेन मनसः तुष्टिरेव केवलं नोत्पद्यते, अपि च मनुष्यः अभयत्वमपि अनुभवति। स्नेहः अन्यैः सह आत्मानं बध्नाति, अन्याः अपि स्नेहबद्धाः सन्तः आत्मीयाः भवन्ति। "आत्मनः कृते एव सर्वोऽपि प्रियो भवति" इति श्रुतिरपि निगद्यते। बालः सर्वत्र स्नेहं लभते, स्नेहं च लब्ध्वा आनन्दीभवति, मोदते च अभयभावेन तिष्ठन्। शिशोः स्नेहवञ्चना महती हानिः स्नेहाद् वञ्चितो बालकः विकासस्य पूर्णतां न प्राप्नोति। अत एव स्वभावाद् एव माता पिता बन्धवश्च सर्वे शिशुं स्नेहैः सिञ्चन्ति। किन्तु अनेनैव विधिना उत्पद्यते विकृतीनां परम्पराऽपि। (१) स्नेहस्य भोगेन अधिकाधिकस्य स्नेहस्य भोगाय कामः प्रवर्द्धते एव, हविषा कृष्णवर्त्मा इव। सः स्नेहः न लभ्यते, न च सर्वदा, सर्वत्र वा लब्धुं शक्यते। (२) स्नेहाभावेन अयम् अनुभूयते अकारणभयानाम् अनुभूतिभिः जायन्ते अनेकाः मनोविकृतयः। मनः भ्राम्यति अकारणभयेन च। सर्वत्र पश्यति तच्च शत्रुत्वमेव। सौहार्दम् अलब्ध्वा मनुष्यः जीवने विरक्तो भवति, अन्तर्मुखतां च याति। अन्तर्मुखतायाः आधिक्येन जीवनस्य ऊर्जः विशीर्णो भवति। (३) स्नेहाभिलाषस्य अतिशयः बालस्वभाव एव। अपरिपक्वाः बालाः एव अन्येभ्यः स्नेहरतिं

कामयन्ते। ये च परिपाकं प्राप्ताः, प्रौढभावत्वं भजमानाः सन्ति वयस्स्थाः पुरुषाः ते तु अन्येभ्यः स्नेहं प्रयच्छन्ति। अत एव स्नेहम् अतिशयेन कामयमानाः जनाः वयसि स्थिताः अपि सन्तः बाला एव, बालस्वभावाः वा भवन्ति। (४) अस्ति अत्र उभयतो रज्जुपाशः। यदि स्नेहहीनः, भयानां भूमिः विजायते। यदि अतिशयेन इच्छति स्नेहं, तदा बालभावत्वम् अनुभूय विपन्नतां गच्छति। किं करोतु मानवः? इत्यस्ति महती विडम्बना।

(ग) स्नेहाधीनः सुरक्षाभावः। स्नेहविरहितस्य पुरुषस्य मनः असुरक्षाभावैः पीड्यते। स्नेहोऽपि मनसः स्वभाव एव। स्नेहेन वञ्चितं मनः अतुष्टिम् अपूर्तिं वा अनुभवति। अतुष्टम् अपूर्तं च मनः इतस्ततो धावति, किन्तु जीवने बहु लब्ध्वा अपि न शाम्यति। अशान्तस्य कुतः सुखम्? इति गीतासु निगदितम्।

(घ) अन्ये विचारकाः समाजं बहु मन्यन्ते। समाजे अस्ति मनुष्यस्य सहजा स्थितिः। तत्रैव स्थित्वा सः पूर्णतां याति, तृप्तिं च लभते। तत्रैव सः स्नेहं अन्येभ्यः ददाति, आदत्ते च। स्नेहदानेन अपि वर्द्धते अस्य सुखं, सौभाग्यं, मनसः स्वास्थ्यं च। आदानेन अपि तथैव भवति सुख-स्वास्थ्यवृद्धिः। समाजे स्थितिं लब्ध्वा सः आत्मनः अभिव्यक्तिं करोति, प्रकाशयति कौशलं, विकासयति वा भाषाप्रयोगे स्वकीयां वाक्शक्तिम्। तत्रैव स्पार्द्धमानः सः आत्मानम् उन्नतिमार्गं नयति। समाज एव मानव-मनसः मूलभूमिरस्ति।

किन्तु समाजेन साकं कीदृशः सम्बन्धः, केन वा प्रकारेण, स्थाप्यते। एष सम्बन्धः अतीव जटिलः। सर्वेऽपि जनाः स्वार्थचिन्तां कुर्वन्ति, आत्मलाभाय एव चेष्टमानाः स्वार्थसिद्धये ईहन्ते। स्वजनोऽपि परजनः इव व्यवहरति; सज्जनोऽपि दुर्जनायते। अहमहमिकापूर्वकं सर्वेऽपि समाजे स्पर्द्धन्ते। बलवन्तो विजयिनो भवन्ति; निर्बलाश्च अपाकृताः सन्तः पराभूताः। दुर्बलाः दुर्मनायन्ते। दूयन्ते पराभूतानां हृदयानि। अत एव समाजेऽपि मानवस्य स्थितिः शोच्या एव।

इदानीन्तने युगे स्पर्द्धमानस्य जनस्य स्थितिः सर्वथैव चिन्तनीया संवृत्ता। उत्तेजनाशतैः पीड्यमानं मनः अहर्निशं शमं न लभते। सर्वत्र अश्रुतपूर्वाः भोगाः प्रसृताः। अस्ति वैभवप्राचुर्यम्। बलमप्यस्ति। यत् किंचिदपि काम्यं, तत् सर्वमस्ति। किन्तु नास्ति सुखं, नास्ति मनसः स्वास्थ्यं, नास्ति रात्रौ निद्रा, दिवा वा क्षणमपि सुखासनम्। समाजं परित्यज्य नास्ति जीवनम्। गतिर्वा, स्थितिर्वा न सम्भवति समाजाद् बहिः।

अस्ति अत्र उपायद्वयम्। समाजं सर्वात्मना स्वीकरोतु मनुष्यः–इति एकः उपायः। याः मर्यादाः, यच्च मूल्यम् अवधारितं जनसमूहेन, तत् सर्वमपि अना-

लोच्य, अविचार्य, गले अवतारणीयं भवतु। किन्तु अनेन उपायेन आत्महानिः जायते; 'स्वता', 'अस्मिता' वा अनेन प्रतिहता भवेत्। न आत्महा सुखमनुभवति। अमर्शस्वरूपं पौरुषं विहाय कुतः शान्तिः इति।

मा मन्यतां मनुष्यः मनुष्यकृतां मर्यादाम्—इत्यन्यः उपायः किन्तु अनेन अपि उपायेन विप्लवः अनुभूयते मनसि। विद्रोहभावनाभिः प्रज्वलितं मनः शमं न लभते। सन्ति केचिद् महापुरुषाः ये नूतनानां मर्यादानां प्रचारं कुर्वन्ति रूढीनां परम्पराणां च सर्वस्वीकृतं मार्गम् उज्झित्वा नवीनां सरणिम् आश्रयन्ते च, आविष्कुर्वन्ति नूतनानि मूल्यानि च। किन्तु एते विद्रोहिणः महापुरुषाः जीवनम् अर्पयन्ति, वध्यन्ते शूलेषु, हन्यन्ते वा विषपानादिभिः उपायैः। अत एव अयं विद्रोहस्य पन्थाः नास्ति सार्वजनीनः।

तत् किं करोतु मनुष्यः सुखस्य स्वास्थ्यस्य च हेतवे? जटिलोऽयं प्रश्नः न एकेन वाक्येन उत्तरितुं शक्यते। समाजेन सह समायोजनं समञ्जनं वा कुर्यात्—इति स्मर्त्तुं सुकरं, किन्तु कर्त्तुं न तावत् सुकरमस्ति।

(ङ) सन्ति केचित् प्रयोगसिद्धाः सिद्धान्ताः, अद्यतनाः विज्ञानसम्मताश्च। तेषां तु अयं निष्कर्षः—सर्वेषां कर्मणां भवति किंचिद् गन्तव्यम्। कर्मभिः गन्तुमीहते जीवः। यच्चास्ति कर्मभिः साध्यं लक्ष्यं वा, तदेव अस्ति तेषां गन्तव्यम्। नास्ति तत्कर्म यस्य गन्तव्यं न भवति। मनुष्यः, मनुष्येतरः जीवो वा सर्वोऽपि गन्तव्यं प्रति उन्मुखो जायते, लब्धुं च चेष्टते। गन्तव्यविहीनम् आचरणम् अन्धस्य इव दृश्यते, लक्ष्यहीनं शरसन्धानमिव। यावत्पर्यन्तं तिष्ठति स्वस्थमनाः मनुष्यः, सचेताः प्रकृतिस्थश्च, तावत्पर्यन्तं सः गन्तव्यमेव लब्धुं विचेष्टते। गन्तव्यहीनम् आचरणम् अस्वस्थं विक्षिप्तानामेव भवति।

मूषकाणां मार्जाराणाम् उपरि बहुशः वैज्ञानिकैः प्रयोगाः विहिताः। बुभुक्षितः कोऽपि मूषकः (मार्जारो वा, मनुष्यो वा) भोज्यान्नं अवलोक्य तत् प्रति धावति, बहुविधं च चेष्टमानो भवति, सर्वैरपि मनोबलैः, शरीरशक्तिभिश्च अधिगन्तुमीहते तच्च भोजनम्। भोजनम् अत्र गन्तव्यम्। तस्य उपलब्धये भवन्ति साधकानि, बाधकानि वा कारणानि। साधकानां साहाय्येन यदा अवाप्यते गन्तव्यं, तदा मनः हृष्यति, सर्वत्र शरीरे मनसि च जायते सुखस्य संचारः। प्रयोगेषु क्षुत्पीडितः कृतो मूषकः अनशनेन। तदनन्तरं च भोज्यान्नं तत्सम्मुखे दूरतः एव स्थापितम्। क्षुधार्त्तः जीवः गन्तव्यं प्रति धावति, किन्तु भोजनम् अप्राप्य एव सः ताडितो भवति विद्युत्कृतेन आघातेन। उत्साहवर्द्धनाय सः लभते भोजनमपि एकं वारं द्विवारं वा। किन्तु पौनःपुण्येन धावन्नपि वराकः सः मूषकः आहन्यते विद्युत्कृतेन

आवातेन। एवम् आविर्भवति द्वन्द्वात्मकः अन्तर्द्वन्द्वः, येन अस्य विलुप्यते बुद्धिः, विखण्डिता भवति व्यक्तित्वरचना, अशक्तं जायते मनः, दुर्बलायन्ते सर्वाः अपि अस्य जीवनप्रवृत्तयश्च। एतदेवास्ति मनसः अस्वास्थ्यम् असुखं च।

अन्येषु प्रयोगेषु विविधैः प्रकारैः इच्छाविघातः क्रियते प्रयुक्तपशूनाम्। इच्छा-विघातेन जायते कुण्ठा। कुण्ठितकामस्य पशोः भवति संक्रोधः येन तमसावृतं मनः संवर्त्तते। किन्तु सर्वेषां जीवधारिणां भवति इच्छाविघात-सहिष्णुता, अथवा कुण्ठा-सहिष्णुता। सर्वेषां जायते नैराश्यम्। तथापि अस्ति कुण्ठा-सहिष्णुतायाः सीमा, यस्या उल्लङ्घने मनोविकृतीनां सृष्टिः भवति। यथा पशूनां, तथैव मनुष्याणा-मपि मनोदशा। मनुष्योऽपि कुण्ठां सहते, किन्तु अतिकुण्ठितः सन् सोऽपि क्रुध्यति, क्रुध्यन् च खण्डितमनाः भवति। बुद्धिरपि तमोभिः आव्रियते, संकल्पः शीर्यते, विखण्डिता च मनो-रचना नीचैर्गच्छति। एवं सः कुण्ठा शतैः घातितः पुरुषः आत्मानं उद्धर्त्तुम् अक्षमो भवति। आत्मानम् उद्धर्तुम् अक्षमता एव मनसः अस्वास्थ्यम्।

(च) सन्ति केचित् चिन्तकाः येषां मते 'मन एव न विद्यते।' पशुवत् मनुष्यः व्यवहरति। सः चेतनाशून्यः, तथापि यन्त्रवत् स्थितिविशेषमनुसृत्य व्यवहर्त्तुं क्षमः। भयं दृष्ट्वा पलायते, काम्यम् अवलोक्य पुरतः गृहीतु मच्छति। अयं मनो नास्तीति सिद्धान्तस्य अतिवादः। अन्ये अतिवादिनः सिद्धान्ताः मनोविज्ञानक्षेत्रे अवलोक्यन्ते। इदानीं तु इयं स्थितिः स्वीकृता दृश्यते—भवेत् मनो न वा भवेत्। किम् अनेन? मनुष्यः पशुर्वा परिवेशे जीवतीति सत्यम्। सः जीवः स्वकीयां परिस्थितिम् अनुसृत्य व्यवहारं करोति, क्षणे-क्षणे विपरिवर्त्तते, उचितम् उपयुक्तं च आचरणं विधाय परिवेशेन सह आत्मानं समायोजयति। सन्तुलनेन, समायोजनेन अथवा समञ्जनेन विधिना पशुः स्वपरिवेशे जीवनं धारयतीति परमं सत्यम्। अयम् अत्रास्ति निष्कर्षः—सर्वोपि जीवः उचितम् उपयुक्तं च व्यवहारं **शिक्षितुं क्षमो** भवति। यो व्यवहारः परिवेशानुरूपः जीवनस्य कामतृप्तेर्वा भवेत् साधकः, किमनुरूपं, किं वा अननुरूपम् इति **विवेकक्षमोऽपि** जीवो भवति। परिवर्त्तनाय अपि अस्य दृश्यते क्षमता। **शिक्षितुं क्षमता,** एवं च **विवेकक्षमता—परिवर्त्तनक्षमता—**इति भवति क्षमतायाः त्रैविध्यं सामान्ये जीवने। क्षमतानां क्षये सति जायन्ते मनोविकाराः। विकृतं मनः किंचिदपि नूतनं शिक्षितुं, अनुरूपं वा आचरितुं, परिवर्त्तयितुं अननुरूपं वा परित्युक्तुं, आत्मानं वा विविधैः प्रकारैः अक्षमो भवति। मुधाचेष्टितः, मृषाचेष्टितो वा सः संवर्त्तते। मनोरोगास्तु व्यवहारस्य विकृताः प्रकाराः सन्ति। यथा प्राकृताः व्यवहारप्रकाराः जीवेन शिक्षया लभ्यन्ते, तथैव विकृताः अपि; इति एकः सिद्धान्तः।

(छ) "मनोविश्लेषणवादः" इति नाम्ना अपि ज्ञायते फ्रॉयडमहोदयस्य सिद्धान्तः।" मनःसंश्लेषणवादः" इत्यस्ति अस्य आत्यन्तिको विरोधः। मनो-

विश्लेषणवादे एकस्य मनसः केचित् खण्डाः प्रादुर्भवन्ति। "अखण्डस्य खण्डितो भावः" अयमेकः विकारहेतुरस्ति। विविधेषु खण्डेषु तत्र दृश्यन्ते विविधा विरोधिन्यश्च प्रवृत्तयः —यथा, अचेतने 'इड'खण्डे प्रवर्त्तते अन्धः कामभिलाषः। न सः जानाति परिवेशस्य बन्धनानि, न च मन्यते मानवकृताः मर्यादाः। 'स्युपरएगो' इति खण्डः अपि अन्धवदिव आचरति, पापचेतनाभिश्च मर्दयति चेतनम्। एवं स्थितस्य चेतनस्य नास्ति उद्धारः। स्वकृतैः बन्धनैः बद्धस्य जीवस्य नास्ति आशा अपि भूयसे मङ्गलाय---इत्यस्ति मनोविश्लेषणवादस्य निष्कर्षः। अस्य एव विरोधि-स्वरूपः अवतरितः मनःसंश्लेषणसिद्धान्तः।

भवतु नाम अचेतनं मनः संस्कारस्वरूपम्। किन्तु गतमिव तदस्ति। अतीतसंस्काराणां निचयैः निर्मितमपि मनः एकांशेन चेतनम्। भवतु वा संस्काराणां बलं, येन बलेन प्रवृत्तीनाम् आविर्भावो भवति। किन्तु प्रेतछाया इव संस्काराणामपि छाया भवति। संस्काराणां बलं चेतनेन मनसा अभिभावयितुं जेतुं वा शक्यते। तत्रास्ते मनसि स्वास्थ्याय सुखाय चाऽपि प्रबला प्रवृत्तिः, यया खण्डितस्यापि मनसः संयोजनं, समायोजनं वा सम्भवति। खण्डिते मनसि बहवः मानस-ग्रन्थयः समुद्-भवन्ति। विश्लेषणविधिभिः एतेषां ग्रन्थीनाम् उन्मोचनं क्रियते, फ्रॉयडराद्धान्ते। ग्रन्थीनाम् उन्मोचने सति पुनरपि अखण्डत्वं प्राप्नोति मनः। मनःसंश्लेषणसिद्धान्ते तु मनसः अखण्डत्वं संश्लेषणात्मिकाभिः प्रवृत्तिभिः सिद्धयति, यतो हि कामप्रवृत्तिम् अतिरिच्य तत्र सन्ति संश्लेषणप्रधानाः प्रवृत्तयः, यथा प्रेम-प्रवृत्तिः, सेवा-प्रवृत्तिः, कलात्मिकाः प्रवृत्तयो वा। प्रेम्णा पुरुषः पूर्णताम् अनुभवति। दयास्नेह-कारुण्य-प्रधानैः व्यापारैः अपि सौख्यमनुभूयते मनुष्येण। मनुष्यत्वमेव मनुष्यस्य पूर्णता। पूर्णतालाभाय प्रयतते सर्वोऽपि पुरुषः। मनुष्यत्वमेव मनुष्यस्य प्रकृतिः। स्वकां प्रकृतिम् उल्लङ्घ्य नास्ति अस्य सौख्यं शान्तिर्वा। धर्मेण, नीत्या वा, दर्शनेन, विज्ञानेन च, एभिः मनुष्यकृतैः उपायैः मनुष्यः आत्मीयां प्रकृतिं पूर्णतां च प्राप्नोति। न तु ग्रन्थीनां विश्लेषणमात्रेण, अपि च मानवीयानां वृत्तीनां संश्लेषणेन अखण्डत्वं प्राप्यते मनसा--इति सारः मनःसंश्लेषणसिद्धान्तस्य। अर्वाचीनैः कैश्चित् मनोवेत्तृभिः प्रतिपादितोऽयं सिद्धान्तः। न मनः कामात्मकम् अकामात्मकमप्यस्ति, कामतृप्तिम् अतिरिच्य अपि अन्यद् गन्तव्यं प्रति चेष्टते--इति साररूपेण निगदितम्।

मनोविकृति-विज्ञानम्

फ्रॉयड आसीत् मनश्चिकित्साविज्ञानस्य जनकः। तेनैव इदमपि प्रतिपादितं-- अस्ति मनोविकारः; अस्ति च मनोविकारस्य कारणं; अस्ति च मनोविकारस्य उपचार-विधिः। मनोविकारस्य मूले तिष्ठति कामकुण्ठा, अतृप्तिः, अकारणमेव अचेतनस्य मनसो दमनं वा। अन्यैरपि मनोवैज्ञानिकैः विकारकारणानि विज्ञातुं प्रयतितम्। इदानीं बहवः सिद्धान्ताः, उपचारविधयश्च प्रचलिताः सन्ति। किन्तु अद्यापि फ्रॉयडकृतमेव मनोविकाराणां वर्गीकरणं स्वीक्रियते जनेन। प्रथमं तदेव वर्गीकरणं, फ्रॉयडकृतं मनोविकृतिविज्ञान च अत्र प्रस्तूयते।

प्रख्यातं मनोरोगाणां द्वैविध्यम्। मनोवैज्ञानिकाः मन्यन्ते यत् 'रागो' 'अहम्भावो' वा अस्ति एका रचना, ग्रथनं वा यस्य रचना जन्मतः प्रारभ्य प्रवर्तते। शनैः शनैः शिशुः 'कोऽहं', 'कीदृशोऽहं' इति जानाति। सः बुद्धिबलेन विविधान् अनेकान् च अनुभवान् संचित्य एकस्मिन् ग्रथने बध्नाति व्यवस्थापयति च। तत्र भवन्ति भावानां, भावनानां च बहवः उद्वेगाः; तृप्तिः कुण्ठा वा अपि अनुभूयते; सुखानि दुःखानि च आयान्ति यान्ति वा; प्रेम-क्रोधभयादीनामपि जायते संचारः। तत्र मनः बुद्धि-साहाय्येन विविधासु सर्वासु स्थितिषु करोति 'स्वस्य' रचनां, येन आविर्भवति मानसी व्यवस्था। मानव-मस्तिष्कमपि तथा विकसितं यथा इदं धारयति मानसीं व्यवस्थाम्। व्यवस्थितं मनः न अनर्गलं वदति विचारयति वा; समये-समये आत्मानं नियमयति; क्रोधादीन् मनोवेगान् सोढुं पारयति; परिणामान् सम्यग् आलोच्य स्वकार्याणि सम्पादयति; अकारणं न बिभेति, नापि अकारणं क्रुध्यति; सुखं शेते; प्रीतिं ददाति, प्राप्नोति च; भोजने, शयने क्रीडादिषु वा सामान्या रुचिरस्ति; प्रियेषु प्रीणाति; अकारणं शत्रुत्वे न वर्तते। व्यवस्थितमनाः पुरुषः धीरो भवति, स्वकार्येषु कुशलोऽपि भवति। अनातुरः रतिं भुंक्ते। सम्बद्धः, व्यवस्थितश्च भवति अस्य सर्वोऽपि व्याहारः व्यवहारो वा। किन्तु यावत्पर्यन्तं तिष्ठति व्यवस्थिता मनोरचना तावत्पर्यन्तमेव सर्वमपि साम्प्रतं, समीचीनं वर्तते। खण्डितायां सत्यां मनोरचनायां सर्वमपि विखण्डितं जायते अस्मिन् जीवने। मनसः विभक्तता, अथवा मनोरचनायाः खण्डितत्वं अस्ति मनोरोगाणाम् एकः वर्गः।

मनोविभक्तता तु विक्षिप्तता एव। विक्षिप्तं मनः विभक्तं भवति। मनोविज्ञान-साहित्ये 'साइकोसिस' इति नाम्ना ज्ञायते च।

किन्तु अखण्डितेऽपि मनसः ग्रथने, कदाचिद् उद्भवन्ति विचित्राः मनोविकृतयः। अस्मिन् ग्रथने एव प्रविशन्ति कानिचित् उत्तेजकानि तत्वानि, यानि जानन्नपि मानवः न भवति निरोद्धुं, विरोद्धुं, निषेद्धुं नियन्तुं वा समर्थः। अकारणभयानां निरोधे असमर्थः "अकारणमिदं भयम् इति जानन्नपि, वारं वारं अन्यैः प्रबोधितोऽपि, यदा मार्जाराद्वामूषकाद् वा, अपरेभ्यो वा जीवेभ्यः बिभेति, तदा विकृतं मनः इति सिद्धयति। अकारणभीतिः विकृतस्य अस्वस्थस्य मनसः अवस्थाविशेषः। स एव "संत्रासः"='फोबिया' इति नाम्ना व्यवह्रियते। सन्ति संत्रासस्य बहवः प्रकाराः।

एवमेव सन्ति अन्ये अपि मनोविकाराः। अनिच्छतोऽपि जानतोऽपि वा मनुष्यस्य मनः यदा बलादिव भावैः आविष्टं भवति, तदा अवशः सः चिन्तयन् विद्यते। कथम् एतद् घटते? यदा भावाविष्टं भवति मनः, तदा सर्वस्मिन् मस्तिष्कप्रदेशे झञ्झा इव प्रसरति भावावेशः। उत्तेजिते च सति मस्तिष्कप्रदेशे सर्वस्मिन् शरीरे प्रसृतं स्नायुतन्त्रं झनझनायते, रसग्रन्थयश्च उत्तेजनैः रसान् रुधिरप्रणालिकासु च्यवन्ति, वर्द्धते शतगुणिता हृदयगतिः, रक्तचापः हृदयगत्या प्रवृद्धः सन् अत्येति सीमानम्, पाचनश्वसनादि क्रियाः सामान्यं क्रियाकलापं विहाय असामान्यमिव आचरन्ति। महान् अयम् उपद्रवः, न केवलेन मनसा अनुभूयते, अपि च स्नायुजालैः विरचितम् इदं मस्तिष्कं सशरीरं भावावेशस्वरूपेण झंझावातेन मथ्यते। मस्तिष्कस्य इदम् उन्मथनं मनसा सहैव सम्पद्यते। स्नायुतन्त्रम् अस्ति अतीव सुकुमारं सुकोमलं च। वारं वारं यदि एकेन भावावेशेन उन्मथ्यते विचाल्यते च स्नायुतन्त्रं, यदि च मनः न शक्नोति तन्निरोद्धुं नियमयितुं वा दौर्बल्येन, अन्यैः कारणैर्वा, तर्हि स भावावेशः स्नायुतन्त्रेषु स्थायित्वेन आविष्टो जायते। कारणं विना अपि यदि भावाविष्टं स्नायुतन्त्रं प्रकम्पते, तर्हि अवशं मनः अपि उद्वेलितं भवति। अवशं मनः चिन्तां करोति, शोचति, दैन्यम् अनुभवति, उद्विजते च। चिन्ता अपि अस्ति एका मनोरुक्, मानसी व्यथा, (आधिः) वा यया पीड्यते अर्द्धादपि अधिकं जगत्। एवंविधानाम् आधीनाम् अस्ति एकं नाम—स्नायुरोगाः, अथवा स्नायविकाः रोगाः, इति। 'न्यूरोसिस' इति तेषाम् आंग्ल भाषा सिद्धं नाम। चिन्ता अस्ति स्नायुरोगाणां सारभागः।

स्नायुतन्त्रस्य दौर्बल्यात्, अथवा अभ्यासवशतया तस्य दशाविशेषाद् वा, या मनोरुक् (मनो व्यथा वा) अनुभूयते, तस्याः 'न्यूरोसिस' इत्यभिधेयम्। किन्तु मनो व्ययाभिः मुहुर्मुहुः अनुभूयमानाभिः, इदं शरीरम् उन्मथितं जायते। शरीरे धातुविकृतयः सम्भवन्ति; रुधिरमपि विषाक्तं संवर्त्तते, हृदयगतिः अनियमिता भवति तथा च व्यथाभारैः रक्तचापोऽपि प्रदुष्यति। अन्ये बहवः उपद्रवाः शरीरे व्याप्नुवन्ति च। एवं सति अनेक शरीर रोगाणामपि मूलं शरीरं नास्ति, किन्तु

मन एव भवति। मनोमूला हि बहवः शरीररोगाः, यथा मधुमेहः, कर्कटः, अस्वास्थ्यकरः रक्तचापः, पाचनश्वसन-रसस्रवणणादीनां सम्बन्धेन जाताः व्याधयः, अनेके हृदय-रोगाश्च। फ्रॉयडमते तु ज्वरादयोऽपि मनोविक्रियातः आविर्भवन्ति। एते मनोदेहरोगाः। तेषां शमनम् औषधैः न सम्भवति; अपितु यदा मन एव स्वास्थ्यं लभते मनश्चिकित्साविधिभिः, तदैव ते शाम्यन्ति। आधुनिकास्तु "सर्वेऽपि रोगाः मनोदेहरोगाः एव" इति मन्यन्ते। तेषाम् औषधैः उपचारोऽपि कर्त्तुं शक्यते, यथा अन्येषां रोगाणाम्---न तु मनश्चिकित्साविज्ञान-विधिना। अनेन उपलब्धम् एकं नवीनं अधुनातनञ्च औषधिविज्ञानं--"साइकियेट्री" इत्यस्ति अस्य नाम।

आसीत् कश्चित् विरोधः द्वयोरपि विधयोः। मनश्चिकित्साविज्ञानं "मनः एव मूलं रोगस्य, स्वस्थेन मनसा तस्य शमनं भवति, सन्ति मनश्चिकित्साविधयः यान् अनुसृत्य मनः स्वास्थ्यं लभते," इति मन्यते। 'साइकियेट्री' इत्यस्य मतस्य विरोधं विदधाति। औषधेनैव मनस आधयः शरीरस्य व्याधयश्च शाम्यन्ति" इति मन्यते। किन्तु इदानीं जातं द्वयोरपि मतैक्यम्। सन्ति औषधयः, सन्ति च मनश्चिकित्साविधयः, ये मिलित्वा मनोरोगस्य शान्तिं विदधति। सर्वेऽपि रोगाः उभयस्थाः भवन्ति। मनोरोगाणां तु उपचारः उभयविधः, इत्यस्ति स्वीकृतं सत्यम्।

प्रथमतस्तु 'साइकोसिस' इत्यभिधेयानां मनोरुजां वर्गीकरणं वर्णनं च अत्र विधीयते। 'मनसो विभक्तता' एव भवति अत्र हेतुः। यथा पूर्वमेव अस्माभिः प्रतिपादितं--मानव-मस्तिष्कमपि एकम् अविभक्तमिव कार्यं करोति। अस्य सन्ति बहवो विभागाः। कश्चित् मस्तिष्क-विभागः विवेचन-विचार-तर्कादिकार्याणि सम्पादयति, प्रमाणितं सत्यं स्वीकरोति, अप्रमाणितम् अतथ्यं च विविच्य स निराकर्त्तुं शक्नोति। सः अखिलानि शरीरस्य अङ्गानि आदिशति, लक्ष्यस्य सिद्धये सर्वत्र व्यवस्थां करोति। अन्यो मस्तिष्कविभागः भावानाम् अभिव्यक्तिं स्ववशे नयति, यथावसरं कामक्रोधभयादिभावनानाम् उद्रेकं समादिशति। "नायमवसरः कामचेष्टानां, न इदानीं भयम् उचितं वा, नायमवकाशः क्रोधस्य"--इत्येवंप्रकारकाः विचाराः बुद्ध्या मस्तिष्कसाहाय्येन एव सम्पाद्यन्ते। संक्षेपतः--या मानसी व्यवस्था सामान्यरूपेण सम्भवति, तस्याः आश्रयस्तु अस्ति मस्तिष्कस्य व्यवस्था। सा व्यवस्था अपि खण्डिता जायते। तत्र च सन्ति बहवो हेतवः। (१) मस्तिष्कमेव रोगैः, आघातैर्वा खण्डितं भवति। व्रणशोथक्षयादयः सन्ति रोगाः यैः मस्तिष्कं क्षतिग्रस्तं जायते। (२) जन्मतः एव केचित् जायन्ते मस्तिष्क-दोषाः, येन जन्मना भवति विकृतं मस्तिष्कं, विभक्तं च मनः (३) विष-मदिरादीनां पानेन अपि अस्थायी वा दोषः उत्पद्यते। एतासु सर्वासु स्थितिषु विभजते मनः मस्तिष्कं च, न च स्ववशं तिष्ठति; दुर्मनायते च, यच्चास्ति याथार्थ्यं तत् यथावत् न जानाति। याथातथ्येन वा न व्यवहरति। तत्र

न एकं मनः, अपितु बहूनि मनांसि प्रादुर्भवन्ति। अज्ञात इव भवति स्वयम् आत्मा अपि। उचितानुचितयोः विवेकः क्षीयते। अवस्त्रोऽपि हिण्डति राजमार्गेषु, लज्जां न मानयति, समाजं न स्वीकरोति, खाद्यमखाद्यं वा खादति। एवंविधो भवति विक्षिप्तस्य व्यवहारः

सामान्योऽपि जनः भावाविष्टः सन् अथवा शोकसंविग्नः सन् विक्षिप्त इव आचरति, किन्तु सः विक्षिप्तायां दशायां न चिरायते, वरञ्च अचिरादेव आत्मानं लभते, स्वस्थः प्रकृतिस्थश्च भवति। असामान्यः पुरुषः चिरं तत्र तिष्ठति। एतदस्ति सामान्यासामान्ययोः अन्तरम्। अत्र फ्रॉयडमहोदयेन उक्तं यत् जन्मनः प्रभृति प्रथमे वर्षत्रये कुण्ठितः कामः, अतृप्तः दमितः सन्, मनोरचनामेव खण्डितां करोति, मनसः ग्रथनम् उत्तेजयति वा, बहिस्तो वा मनसा सह इन्द्रियाणि आकृष्य अन्तरभिमुखीनि करोति येन याथार्थ्यम् उज्झित्वा मनः ऊर्णनाभ इव स्वान्तरे एव सृजति कल्पना-प्रसूतान् लोकान्। भ्रान्तयः कुण्ठितकामस्यैव परिणामाः सन्ति। भ्रमिजनिताः अनेके सन्ति मनोरोगाः।

कीदृशीयं शिशोः कामकुण्ठा? जात एव शिशुः मातुः स्तनं धयति। स्तनन्धयोऽयमस्ति। स्तनपानेन जायते अस्य महती तृप्तिः। न केवलं स्तनमेव मातुः, सः शिशुः अंगुष्ठचूषणेऽपि रतिं वहति; यत्किंचित् वस्तु स्पृशति तत् च चूषितु-मिच्छति। अनेन चूषणेन शरीरस्य पुष्टिः मनसश्च तुष्टिः जायते। एवमेव मातुः स्पर्शादपि हृष्यति बालः। एवञ्च चुम्बनालिंगनादिभिः क्रियाभिः शिशोः हर्षोत्कर्षो भवति। फ्रॉयडमतेन एताः क्रियाः शिशोः रतिक्रियाः एव। यत् सः बालः मूत्रोत्सर्गं करोति, हदति वा, सर्वाः अपि एताः क्रियाः शिशोर्भवन्ति कामक्रीडा एव। एवं च सति चूषण-स्पर्श-विसर्जनादीनि कर्माणि, मुख-गुदादीनां हस्तेन संसर्गादयश्च, शेफस्य संस्पर्शाः वा,—एते सर्वेऽपि शिशुसुलभाः क्रिया-कलापाः बालकस्य अचेतने मनसि स्थितं कामम् एव प्रकटयन्ति। समाजे सभ्याः सुरुचि-सम्पन्नाः जनाः शिशोः अपि कामस्य अभिव्यक्तिं न हि सहन्ते। भर्त्सयन्ति, ताडयन्ति वा बालकम्। सोऽपि अज्ञानवशतया बिभेति, क्रुध्यति, कुण्ठितमनाश्च जायते; स्निह्यति अपि च, प्रीतिं करोति। एवं तस्य बालकस्य मनः विविधैः विरोधिभिश्च भावैः उद्ग्रथितम् उन्मथितं च भवति। बहुभिः ग्रन्थिभिः उद्ग्रथितं, झंझावातैरिव अचेतनस्थितैः भावैः उन्मथितं मनः अस्वस्थमेव।

फ्रॉयडमतमनुसृत्य 'साइकोसिस' इति मनोरोगस्य विविधाः भेदाः कृताः। ते सर्वेऽपि शिशोः प्रथमेवर्षत्रये कामकुण्ठातः उत्पद्यन्ते। एते मनोग्रन्थि-जन्मानः। एकस्मिन् मनोरोगे मनुष्यः भ्रान्तिभिः पीड्यते—यथाः "न एते सन्ति आकाशे

बद्दलाः घनाः वा, किन्तु गजयूथाः राक्षसा वा, तमोभिः मुखानि आलेप्य जनान् खादितुम् इतस्ततो धावन्ति।" तत्र सर्वमपि अयथावत् प्रतिभाति—जलं-जलं न भवति, नाऽपि भोजनं भोजनम्। सर्वेषाम् इन्द्रियाणां अनुभव-विपर्यासः सम्पद्यते। भावानां विकृतिभिः यदपि अनुभूयते तद् विकृतं भवति। "पेरेनोइया" इत्यस्ति अस्य विज्ञाने नाम प्रदत्तम्।

"मेनिया" इत्यस्ति अपरं रूपं 'साइकोसिस' इत्यस्य मनोरोगस्य। अस्मिन् आधौ अतीव उत्तेजितं भवति मनः अकारणमपि। उत्तेजना अपि बहुविधा जायते। यथा—कारणं विना अपि भृशं मोदते मनुष्यः अथवा वृथैव शोचति। मोदस्य शोकस्य च मिलित्वा उत्पद्यते चक्रं—यथा—एकं दिनं, मासाय वा मनो मोदते, सर्वं समीचीनं साम्प्रतं च सम्पद्यते, "जगदिदं मोदाय एव; खादत, पिबत, विहरत, कुतोऽपि भयं नास्ति, दुःखं नास्ति, पापं नास्ति।" इति मन्यमानः उत्तेजनैश्च इतस्ततः उह्यते। मित्राणि निमन्त्रयति; तैः सह प्रेमालापं करोति; अकारणम् अट्टहासं कृत्वा हसति; उच्चैः अभिलषति; कार्यक्रमान् निर्मातुं निश्चिनोति, किन्तु संकल्पदौर्बल्यात् निष्पादयितुम् अक्षमो भवति; सर्वदैव उत्साहैः पूरितं हृदयम्, आशाशतैः आन्दोलितश्च; "इदमद्य मया लब्धं इमं प्राप्स्ये मनोरथम्"—इति गीतोक्तिं चरितार्थां करोति। किन्तु किंचित्कालानन्तरं सर्वमपि विपरिवर्त्तते। चक्रनेमिक्रमेण यदासीद् उपरि तन्नीचैः गच्छति; यदासीत् सुखं तत् दुःखरूपेण अनुभूयते; जगदिदं तमसावृतं गतयौवनमिव भवति; अकारणमपि शोकसंविग्नेन चेतसा वैकल्यं वहति; विषीदति, रोदिति, बिभेति, क्रुध्यति मलिनं परिदधाति वस्त्रं, एकान्ते प्रकोष्ठे आत्मानं (प्रक्षिप्य) अहर्निशं जनसम्पर्कवर्जनाय प्रयतते; आत्मघातमपि कर्तुमिच्छति; "सर्वं पापविद्धं जगत्, सर्वं दुःखं, दुर्गतश्च।" एवं च शोकाकुलितं मनः व्यर्थमेव व्यथते।

शोकामोदयोः मनसि निर्मितम् इदं चक्रं समये समये विपरिणमते। भावनानाम् उत्तेजनम् अस्ति "मेनिया" इति मनोरुजः सारः। अन्यानि अपि अस्य रूपाणि सन्ति। यथा—"अहं महान् पुरुषः। कोऽस्ति मत्समः? सर्वे मां प्रशंसन्ति। ह्यः एव अहं प्रधानमन्त्रिणा मन्त्रणाय आहूतः। श्वोऽहं गन्तास्मि इङ्गलैण्डदेशे यत्र सम्राज्ञी एलिजबेथ मां भोजनार्थं समाहूतवती।" इत्यादयः बहवः प्रलापाः श्रूयन्ते। अत्र बुद्धिः भ्रान्तिं गता, मनश्च विभ्रान्तम् उत्तेजितं च दृश्यते।

चक्राकारे अस्मिन् रोगे शोकाकुलितं विह्वलं च जायते मनः—"अवस्तु अहं; न मां कोऽपि सम्मानयति; कुग्रहैः अहं गृहीतः। न मत्समोऽस्ति पापः अस्मिन् जगति; दुःखाय एव सृष्टोऽस्मि विधात्रा; न मे गतिरस्ति।" इत्यादयः वृथा विलापाः अपि श्रुतिगोचराः भवन्ति।

आशा-नैराश्ययोः चक्राकारेण विपरिवर्त्तनं विपरिणमनं वा "मेनिया-डिप्रेशन" इत्यभिधेयेन ज्ञायते ।

'फोबिया' इति नामास्ति अकारणभयस्य । केचित् जनाः जन-समुदायात् बिभ्यतः गृहान्तरेषु पलायन्ते । अन्ये गृहान्तरे कस्मिंश्चित् संकुचिते प्रकोष्ठे वा भयम् अनुभवन्ति । स्पर्शात्, जलात्, अग्नेः, मार्जारात्, मूषकात् वा, यस्मात् कस्मादपि वस्तुतः बिभ्यति । 'भयं नास्तीति' जानतामपि न जायते तेषां भयनिवृत्तिः। कथम् एतद् घटते ? फ्रॉयडमते तिष्ठतां चिन्तकानाम् अयमत्र विचारः—बाल्ये यदा शिशुः विवेचयितुम् असमर्थो भवति, तदा कामकुण्ठाभयेन सह सम्बद्ध्यते । यथा, शिशुः हस्तेन स्वकीयं शिश्नं मर्दितुं स्प्रष्टुं वा इच्छति । तदा माता पिता वा अन्यः कोऽपि भद्रो जनः तस्य ताडनेन, भर्त्सनया, दण्डप्रहारेण वा, अन्यैरपि बहुभिः प्रकारैः, भीतिं जनयति । सः बालः तेषां वर्जनानाम् औचित्यं न जानाति, कामलिप्सां च पुनः पुनः करोति । एवं शैशवे अकारणभयानाम् आविर्भावो भवति । कदाचित् तु जननी जनको वा "शिश्नं ते कर्त्तनीभिः कर्त्तिष्यामि यदि त्वम् अनेन सह खेलं करिष्यसि" इत्यपि तर्जयन् भणति । अजानतो बालकस्य एभिः तर्जनैः, गर्जनैश्च भीतिः उत्पद्यते । सा भीतिः स्थानान्तरणनियमैः अन्येषु वस्तुषु गच्छति । अनेन प्रजायन्ते मनसः अकारणभयानि ।

फ्रॉयडमते तु शिश्नस्य पित्रा कर्त्तनजनितं भयमेव भयम् अस्ति; यद्यपि कर्त्तनं न विधीयते, तथापि अभयादपि महद् भयं जीवनस्य उत्पद्यते । बालिका अपि, फ्रॉयडमतमनुसृत्य, भगस्पर्शेन मुदम् अनुभवति । सा अपि वर्जिता सती "कर्तित एव मदीयो भगः" इति मन्यमाना हीनभावना-ग्रन्थिभिः मरणपर्यन्तं दूयते । एतादृशी हीनभावना अस्ति नारीजीवनस्य विडम्बना ।

न सर्वैः स्वीकृतमिदं मतम् । सन्ति तत्र भयस्य मूलकारणानि—यथा, घन-गर्जितं, स्फोटध्वनिं वा श्रुत्वा कम्पते हृदयं सर्वस्य । शिशोः अपि भीतिः जायते । अकस्मात् परिवेशे केनचित् परिवर्त्तनेन एवं भवति, यथा, प्रकाशिते प्रकोष्ठे अकस्मात् एव अन्धतमसावृते संजाते, अथवा, अन्धकारे निमग्नायां निशि निशीथे प्रकाश-किरणैः जाज्वल्यमाने सति, समेषां भवति चमत्कृतिः । निरवलम्बनत्वमपि भीतिं जनयति । मार्जारात् भयं नास्ति शिशोः । किन्तु यस्मिन् क्षणे स एव शिशुः मार्जारं स्प्रष्टुं द्रष्टुं वा हस्तं चालयति, तस्मिन्नेव क्षणे यदि सः विस्फोटं शृणोति, तर्जनं वा आकर्णयति, निरालम्बो वा क्षणाद् जायते, अकस्माद् वा विचाल्यते, तदा अभ्यास-वशतया तस्य मार्जाराद् भयम् उत्पद्यते । न तु मार्जाराद् एव केवलम्, अपि तु ये मार्जारसदृशाः पदार्थाः सन्ति तेभ्यः अपि सः बालकः बिभेति । भयस्य सामान्यीकरणं

जायते—अभयेऽपि भयं पश्यति। एवमेव सर्वाणि भयानि मनुष्यः स्वयं शिक्षति आत्मानम्।

यद् भवतु, तद् भवतु। अत्र इदं परमं सत्यं यत् सामान्यतः अस्मद्विधानां मनुष्याणां अनेकाः भीतयः न हि सहजाः, स्वभावजन्याः वा भवन्ति, किन्तु संयोग-वशात्, शिक्षावशाच्च प्रभवन्ति। यथा—अधिकारसम्पन्नैः पुरुषैः सह वार्त्तालापे, अथ वा अज्ञातकुलशीलैः सार्धं व्यवहारसमये वा, केषांचित् जायते काचित् चित्त-विकृतिः। यात्रायाः विचारमात्रमपि भयम् आवहति कस्यचित् पुरुषस्य। किन्तु एताः सामान्याः स्वस्थस्वरूपाश्च भीतयः। असामान्यं भयं तु तदेव यत् चित्तस्य विकृतिमेव प्रमाणयति—यथा, अभये भयदर्शनं चित्त-विकारः। भये सति नितान्त-रूपेण परवशता, अवशित्वं वा। अल्पे कारणे अपि महद् भयं, शरीरे वेपथुः, रोमाञ्चो वा, प्रकम्पनं प्रस्वेदनञ्च। एतानि विकृतभयस्य लक्षणानि। बाल्ये स्नेहेन पालितस्य, स्वस्थचित्तस्य च, आश्वसितस्य, स्ववशीकृतसंवेगस्य च, पुरुषस्य सामान्य-मेव भयं भवति, न तु असामान्यम्।

केचित् विक्षिप्ताः जनाः सर्वत्रैव सर्वकालेषु च भयं पश्यन्ति, अल्पैरपि कारणैः ध्वन्यादिभिः च प्रकामं स्वेदन्ते, प्रकम्पन्ते, व्यथन्ते च। "मेलनकोलिया" इति अस्ति रुजोऽभिधेयः। आसीत् एकः सेवानिवृत्तः भद्रपुरुषः। सः यदा आकर्णयति घनस्तनितम् आकाशे अथवा अवलोकयति विद्युदालोकं, सर्वदा पलायते स्वगृहं प्रति, शयनतले आत्मानं निगूह्य च तिष्ठति। ऋतुविज्ञानकार्यालये अनेन आजन्म सेवा कृता, यत्र तेन शिक्षितं भवेत् भयावहत्वम् आकाशस्थितस्य स्तनितस्य।

विभक्तमनस्कतया कदाचित् एकस्य एव अहंकारस्य (एगो, इत्यस्य) भागद्वयं, भागत्रयं, बहुभागत्वं वा सम्पद्यते। विचित्रा भवति स्थितिः। एकः पुरुषः विभजनात् बहुः इव व्यवहरति। एकः अन्यं जानाति, यद्यपि नान्यो विद्यते कोऽपि पुरुषः। अनेकाः कथाः तत्र श्रूयन्ते—कोऽपि अमेरिकादेशीयो जनः आत्मानं विस्मृत्य, परित्यज्य च पत्नीं सन्ततिं च अफ्रीकादेशं गच्छति। तत्रापि विवाहं करोति, कंचित् कालं तत्र उषित्वा याति योरोपीयं प्रदेशं, महायुद्धे आहतः सन् सर्वामपि पूर्वकथां स्मरति। एकस्मिन् 'अहंग्रथने' यदि उदेति बहु व्यक्तित्वं, आत्म-विस्मृतिश्च संजायते तर्हि एकोऽपि पुरुषः बहुरिव व्यवहरति। मस्तिष्कस्य उपरि आघातेनापि ईदृक् बहु व्यक्तित्वं घटते। विस्मृतिरपि पूर्वघटनाक्रमस्य घटते। सर्वेषु सामान्येषु अपि पुरुषेषु अनेकाः भवन्ति मनोरचनाः—यथा, वयम् एकेन मनसा जीवने उपासनाम् आचरामः; अन्येन मनसा उपभुञ्जामहे भोगान्; अन्येन केनापि मनसा शत्रून् उच्छेत्तुं प्रयतामहे च। एवम् एकस्मिन् मनसि बहूनि मनांसि मनोरचनाः वा विकासक्रमेण स्वभावतः एव सम्भवन्ति। किन्तु सामान्यः पुरुषः सर्वा मनोरचनाः एकस्मिन् एव ग्रथने धारयति। असामान्ये मनसि सा रचना त्रुटति, बहु व्यक्तित्वं, विभक्तव्यक्तित्वं वा उदेति।

मनसि व्यवस्थां स्थापयितुम् धारयितुञ्च अस्ति सहजक्षमता। तया सर्वोऽपि सामान्यो जनः विविधान् विरोधिनो भावान् एकसूत्रे बध्नाति। विभक्तेषु अविभक्तमिव, अनेकेषु एकमिव, विविधेषु सामान्यमिव च भवति मनसः एकसूत्रत्वम्। यदा सा क्षमता क्षीयते, मानसी व्यवस्था अपि जीर्यते। केषुचित् मनुष्येषु स्वकीयान् मनोभावान् व्यवस्थापयितुं, नियन्तुं, एकसूत्रे निधातुं वा शक्तिः क्षीयते। तदा एकोऽपि वलिष्ठो मनोभावः पुनः पुनरपि अवरुध्यमानः मनसि प्रविशति, चित्तं च अवसादयति, हृदयस्य वैक्लव्यं जनयति, सर्वाञ्च मानसीं व्यवस्थां विचालयति। इय मनःस्थितिः "ऑबसेशन" इति नाम्ना अभिधीयते। बहुधा अयं मनोभावः बलादिव मनसि प्रविश्य अन्यान् मनोभावान् अभिभवति—यथा—"अहो, अहमस्मि कोऽपि महान् पुरुषः। अत एव सर्वे जनाः मां विद्विषन्ति। ते ईर्ष्यालुतया मां हन्तुमिच्छन्ति, षड्यन्त्रं रचयन्ति, विषपानादिविधिभिः मद्वधाय प्रयतमानाश्च सन्ति।" एवंविधेन मनोभावेन गुम्फितं मनः संत्रासैः दूयते, कारणं विना भीतं भवति, इतस्ततो रक्षायै विचेष्टते च। क्रोधभयोत्कण्ठादिमनोभावाः एवमेव मानसं त्रासयन्ति। दुर्बलीकृतं मनः विमूढभावताम् आपद्यते। "किं करोमि, क्व गच्छामि" इत्यपि न जानाति।

'कम्पलशन' इति नामास्ति अन्यस्य मनोरोगस्य। अस्मिन् रोगे अवशो मनुष्यः जानन् अपि तत्सर्वं करोति यद् नास्ति करणीयं आवश्यकं वा। यथा—हस्तप्रक्षालनं शुद्धये एव विधीयते। मलिनहस्तस्य वस्त्रस्य वा प्रक्षालनम् उचितमेव। किन्तु पुनः पुनरपि हस्तवस्त्रादीनां प्रक्षालनं अथवा अन्याः अपि चालनादयः क्रियाश्च अवशेन मानवेन क्रियन्ते। जनाः हसन्ति; हसन्तु ते। कारणं विना अपि अचेतनेन केनाऽपि अन्तःस्थितेन प्रेतेन चोद्यमान इव आचरति यदा सचेतनोऽपि मानवः, तदा मनोरुजाः ग्रस्त एव सः जातः—इति प्रमाणितमेव।

आसीत् एका महिला या 'साइकोसिस' मनोरोगेण ग्रस्ता सती बहूनि वासांसि स्वशरीरे परिदधाति; शिरसि, हस्तयोः वा, सर्वत्रापि अनावश्यकं वस्त्रं परिधाय इतस्ततो गच्छति। न सा जानाति किमर्थं तया असुखकारोणि ग्रीष्मर्त्तौ अपि एतानि वस्त्राणि धार्यन्ते।

'साइकोसिस' रोगे अस्वस्थो मनुष्यः न वेत्ति न च स्वीकरोति यत् सः मानसाधिना आहतः अस्ति। 'न्यूरोसिस' इति आधिषु सः जानाति, किन्तु नाडीतन्त्रस्य भावाविष्टत्वात् अवशः चिन्ताभयकुण्ठादिभावान् अनुभवति, दुःखितो भवति च। 'न्यूरोसिस' इत्यस्य रोगस्य सन्ति अनेकानि रूपाणि। प्रमुखतः तानि अत्र वर्ण्यन्ते।

एकस्मिन् मनोरोगे रुग्णो जनः स्वशरीरे यत्र तत्र वेदनाम् अनुभवति, पीड्यमानः सन् चिकित्सकं प्रति धावति। चिकित्सकेन पुनः पुनरपि संसूच्यमानः

यन्नास्ति अस्य कश्चित् शरीररोगः, नास्ति वा वेदनायाः कारणं, तथापि सः चिकित्साम् इच्छति, प्रार्थनानुबन्धेन पुनः पुनः तम् औषधस्य कृते प्रेरयति, अवबुद्धच-मानोऽपि न अवबुद्धचते। इदानीन्तने युगे चिकित्साविज्ञानस्य विकासे जाते बहवो जनाः रोगान् नामभिः लक्षणैश्च किंचित् जानन्ति। चिन्ताग्रस्तमानसानां जनानां सहजा एव जायते आत्मविषयक—विचिकित्सा। यथा—"कैन्सररोगेण व्याधितोऽहं; अनुभूयते मया कस्मिंश्चिदङ्गे वेदना।" वेदना भवतु वा न भवतु। अनेन किम् ? किन्तु आधिग्रस्तेन मनसा इदं सम्प्रधार्यते। अन्ये अपि बहवः शरीरजन्याः रोगा अपि बाधन्ते आधुनिकान्, तापयन्ति च चिन्ताशतैः परितप्यमानान् जनान्। अस्ति हृदयरोगः। अस्ति चास्य कारणं, निवारणोपायश्च। तथापि सन्ति अनेके मानवाः; आपाततः स्वस्थदेहाः स्वस्थमानसाश्च, ये मनसा सृष्टैरपि हृदयरोगैः व्यथन्ते। ते उपचारार्थं औषधं सेवन्ते। अस्ति विचाराणां बलम्। अत एव बलीयसा विचारेण अपि मुहुर्मुहुः अभ्यस्तेन नीरोगं शरीरं व्याधिविद्धं क्रियते। अनेन प्रकारेण मानसजनितेन हृद्रोगेण मृत्युं लभन्ते केचित् दुर्भगाः पुरुषाः। "न्यूरोसिस" एव अत्र प्रधानहेतुः।

कानिचिद् भयानि अपि मनःकृतानि, मनसा सृष्टानि वा भवन्ति। नास्ति तेषां कश्चित् प्रसंगः हेतुर्वा। रात्रौ अचिन्त्यां भीतिम् अनुभवन् न स्वपिति, न दिवा अनातुरः कार्यं करोति विश्राम्यति वा, न विश्रम्भं लभते, न शान्तेन मनसा विचारयति, चलचित्ततया न एकासने चिरम् उपविशति, सर्वेषु अङ्गेषु चाञ्चल्यम् अनुभवति, शङ्कालुतया न कमपि श्रद्धत्ते, न आत्मानमपि विश्वसिति, अस्थैर्यहेतोः कौशलपूर्वकं सामान्यमपि कार्यं न साधयितुं क्षमो भवति, सर्वदैव शङ्कमानः न ध्यातुं समर्थो वा भवति एतादृशः भयातुरो मानवः। 'त्वरा' अस्ति अयं मानसरोगः येनेदं जगत् इदानीं भृशं पीडचते। स्नायुमण्डलेषु प्रविष्टं किमपि अहैतुकं भयमेव त्वरां जनयति, इति फलितार्थोऽस्ति।

त्वरा स्नायुरोगः। सा त्वरा नाडीषु, स्नायुमण्डलेषु, मस्तिष्कप्रदेशेषु च प्रविश्य सर्वं त्वरयति—हृदयगतिं त्वरयति, येन श्वासोच्छ्वासक्रिया विकृता जायते, हृदययन्त्र-मपि प्रतिक्षणं त्वरमाणं श्रान्तिं याति, उच्छ्वसिति च, दीर्घं निश्वसिति वा। भोजनस्य पाकक्रिया अपि उदरे त्वरमाणरसग्रन्थिभिः प्रदुष्यते। संक्षेपेण, मनसि त्वरमाणे सति सर्वमपि त्वराग्रस्तं जायते। अत एव भारतीयचित्त-चिकित्सकैः अस्मिन् देशे प्राक्तनैश्च अध्यात्मवादिभिः प्रत्यहं त्रिवारं प्राणायामादिभिः विधिभिः स्थिरसुखासनस्य अभ्यासो विहितः। अनेनैव विधानेन त्वराशान्तिः सम्भाव्या। अस्तु ! अयं त्वरायुगः यस्मिन् जीवामो वयम्।

'हिस्टीरिया' इति नामास्ति अन्यस्य मनोरोगस्य। प्राक्तनास्तु इमं स्त्रीणामेव रोगं, शरीरजन्यं च [मन्यन्ते स्म], नेयम् आधुनिकानां विचारणा। स्त्रीणामिव

पुरुषाणामपि अयं पीडाप्रदः व्याधिः । न तु व्याधिरेव, अपि तु आधिः अपि । "आधिस्तु मानसी व्यथा" इत्यमरः । अस्मिन् रोगे ('फिट') आकस्मिकमेव भवति स्नायुमण्डले आक्रमणम् । आक्रान्ते सति सर्वेषु अङ्गेषु जाड्यं व्याप्नोति; शरीरं विकम्पते; मुखं फेनपूरितं भवति; रोगाक्रान्तः पुरुषः अवशः सन् रोदिति, हसति मूर्च्छति, नृत्यति वा, विविधं चेष्टमानश्च भूमौ पतति । सर्वेऽपि परिजनाः तम् एवंविधम् अवलोक्य धावन्ति । पुरा तु जनाः तं प्रेतादिभिः आविष्टं मत्वा प्रेतस्य विद्रावणाय ताडयन्ति, चपेटाभिः भर्त्सयन्ति च । किंचित् कालानन्तरं सः स्वस्थो भवति, सामान्य इव च आचरति । समयान्तरे च पुनरपि 'फिट'=आकस्मिकं रोगस्य आक्रमणं भवति, तथैव च पूर्ववत् अस्य उपचारोऽपि क्रियते ।

इदानीन्तनं मतं तु इदमस्ति । मानवः (स्त्री वा) स्वभावेन अन्येभ्यः स्वकीयेभ्यश्च प्रीतिम् इच्छति, प्रीत्या च प्रसीदति । सः प्रीतिलाभेन "सुरक्षितोऽहं, न मे भयमस्ति, आक्रान्तस्य मे सर्वेऽपि साहाय्यं करिष्यन्ति" इति मन्यमानः स्वयमपि प्रसन्नो भवति । किन्तु केषुचित् अवसरेषु सः मनसि चिन्तयति—न मां प्रीणाति स्वजनोऽपि । अप्रीतोऽहं जातः । न मां पृच्छति कोऽपि गेहे । न मे सुरक्षा दृश्यते अस्मिन् लोके ।" एवंविधैः भावैः व्यथितः सन् कोऽपि जनः स्नायूनां दौर्बल्यात् संत्रासैः आर्त्तो भवति, न आत्मानं धारयितुं शक्नोति, विह्वलो भूत्वा भूमौ पतति, मूर्च्छितो भवति । सामान्यजनानामपि एवंविधो भावो विद्यते; कादाचित्कः मनोविकारः अनुभूयते च । तथापि स्नायुमण्डलस्योपरि वश्यतया भावोऽयं वशीक्रियते; परिपाकेन च भावनानां प्रीतिमिच्छन्तोऽपि स्वस्थाः पुरुषाः अन्येभ्यः प्रेमाणं प्रयच्छन्ति । वृद्धजनानां, स्त्रीणां च विशेषतः, प्रेमा एव भवति जीवनस्य सुखस्य च आधारः । ते च ताश्च कामयन्ते प्रियजनानां प्रीतिम् । प्रेम्णा विरहिताः भयं च सोढुम् असमर्थाः ते 'हिस्ट्रीरिया' मूर्च्छारोगेण अभिहताः जायन्ते ।

उत्तेजकैः भावैः स्नायूनाम् उत्तेजनं—उत्तानता=टेन्शन, इति, आंग्लभाषायाम्—जायते; भावशैथिल्याच्च भवति स्नायु-शैथिल्यमपि—इति नियमः । उभयविधा अपि स्नायूनां दशा—शैथिल्यम् उत्ताननं वा--यदि चिरं तिष्ठति, स्थिरायते वा, अनावश्यकरूपेण तिष्ठति, दुर्बलायते च, अथवा, अवशा सञ्जायते, तर्हि उत्पद्यते मानसस्य अस्वास्थ्यम् । स्नायूनाम् उत्तेजनं क्रियासाफल्याय अपेक्षितम् । उत्तानतां विना कथं करः करिष्यति कर्माणि, कथं वा पद्भ्यां चलितुं पार्यते ? शैथिल्यमपि श्रमस्य अपनोदाय विश्रान्तये वा अपेक्षितं भवति । उत्तेजनामूलाः सन्ति केचित् मनोरोगाः । उत्तानतायाः आधिक्यमेव अस्ति तत्र तेषां हेतुभूतः आधारः । एवं च सन्ति स्नायुशैथिल्यजनिताः केचिद् अन्ये रोगाः । "अपुरुषोऽहम्; न मे किंचिदपि कर्त्तुं, भोक्तुं वा, संकल्पः प्रवर्त्तते । शिथिलप्रयत्नोऽहं संजातः । न शरीरे मे बलमस्ति । सर्वमेव दुःखम् इदं जगत् । कोऽपि अन्तरे तिष्ठन् माम्

निरन्तरं प्रचोदयति।" एवंविधाः विचारप्रचाराः स्नायुशैथिल्यजन्मानः भवन्ति—इति आधुनिकानां चिन्तनम्।

एतेषां समेषामपि मनोरोगाणां मूले तिष्ठति चिन्ता। चिन्ता संस्कृतिमूला—इति मन्यन्ते आधुनिकाः। न प्राकृतजीवने अस्ति चिन्तायाः कारणम्। प्रवृत्तीनां तत्र नास्ति निरोधो वा नियमो वा। स्वभावकृताः नियमाः एव प्रभवन्ति। यस्मिन् क्षणे प्रारभ्यते प्रकृतिविरोधः, प्रवृत्तिनिरोधो वा, तस्मिन्नेव क्षणे प्रादुर्भवति अन्तः-संघर्षः; संस्कारः उदयति; मानवता पशुत्वं त्यक्त्वा लभते स्वरूपं, एवं च चिन्ता अपि मानसं स्पृशति। स्वकुले 'पिता' एव भवति प्रतीकः निरोधस्य दण्डस्य च—दण्डेन दमयति, निरोधेन च नियमयति पशु-प्रवृत्तीः बालकस्य। रक्षकत्वात् सः प्रीतिपात्र-मपि भवति, दण्डधारणत्वाच्च भयहेतुरपि। पिता-पुत्रयोः अयमस्ति विचित्रो भावनात्मकः सम्बन्धः। फॉयडमते अत्रास्ति मानवसम्बन्धस्य गम्भीरभावनाग्रन्थिः। 'इडीपसग्रन्थिः' तेनायं नामाङ्कितः। तस्य मते तु सर्वेषां स्नायविकरोगाणां मूले अयमेव भावनाग्रन्थिः कारणत्वेन तिष्ठति। बाल्ये एव एष ग्रन्थिः प्रजायते। यदि ग्रन्थेः उन्मोचनं न भवति, तदा अस्वस्थं मनः स्नायविकैः रोगैः पीड्यते। ग्रन्थेः उन्मोचनं एवास्ति उपचारः। अयं मनोग्रन्थिरेव चिन्तायाः कारणम्। बालिकानां मनसि उत्पद्यते 'इलेक्ट्राग्रन्थिः'। मात्रा सह बालिकासम्बन्धेन जायते ईदृशः भावना-ग्रन्थिः। फॉयडमते तस्य निवारणमपि उचितम्।

एका भवति सामान्या, सार्वजनीना चिन्ता, यया जगदिदं व्याप्यते, भीतिजन्या चिन्ता मनसि शरीरे च तथा च सर्वस्मिन् स्नायुचक्रे अपि 'उत्ताननं' करोति, येन सिद्ध्यति कर्म। ज्ञातमेवेदं अस्माकं यत् पेशीसंस्थानस्य नाडीमण्डलस्य वा उत्तानतां विना शरीरं कार्याय न प्रसरति, न च प्रभवति मनःसंकल्पाय। अत एव सामान्या चिन्ता न हि चिन्तनीया। अचेतने, मनसः गम्भीरे गर्त्ते यदा उत्तेजनानि प्रजायन्ते, चेतनं च मनः विवशतां वैकल्यं च अनुभवति, तदा चिन्ता चिन्तनीया संवर्त्तते, यतो हि अचेतनचिन्ताग्रस्ते मनसि न बुद्धिः विवेक्तुं प्रभवति, शरीरे शैथिल्यं प्रसरति, भोजने व्यायामे वा, क्रीडा विहारादिषु, च रुचिरेव न जायते। सर्वं भवति मलिनं, दुःखम्। विषीदति हृदयञ्च। दुःखतरं तु इदं यत् चिन्ताजनितसंत्रासैः ग्रस्तो मनुष्यः न वेत्तुं पारयति "किं करोमि, क्व गच्छामि।" किं कर्त्तव्यविमूढभावः अस्ति चिन्तायाः प्रमुखं लक्षणम्, यतो हि अचिन्त्यमानैः अचेतनकारणैः एव जायते अस्या उत्पत्तिः।

सन्ति केचित् रोगाः ये स्नायुमूलाः। एते मनोविकाराः मनो न व्यथयन्ति, यतो हि रोगग्रस्तं मनः "अयं मे मनोरोगः" इति न अभिजानाति, तथापि समाजे निन्दनीयो

भवति अस्य व्यापारः। यथा—एकस्मिन् मनोरोगे अजानन्नपि यत्र कुत्रापि गत्वा वस्तूनि चोरयति मनुष्यः। आसीत् एकः धनाढ्यः पुरुषः। नास्ति अस्य तत् वस्तु गृहे यत् गृहे काङ्क्षितं वाञ्छितं वा भवेत्। न अभावैः दूषितं अस्ति अस्य मनः। तथापि यदापि सः परगृहेषु भोजनाय निमन्त्रितो गच्छति, तदा मुष्णाति अवस्तु किंचिद् वस्तु, यथा 'चम्मच', अयोनिर्मितं वा अन्यं पदार्थं, गोपयित्वा च चोरवत् समावेशयति वस्त्रेषु, स्वगृहम् आनयति च। "पापं, अपराधं वा अहं करोमि, कस्मात् हेतोः वा इत्थम् आचरामि।" इति सर्वमपि अविदितमेव अस्य। "समाजे निन्द्यमिदं कर्म, न हि आचरणीयम्"—इत्यपि अस्य बोधो न भवति। बोधितोऽपि "अनावश्यकमिदम् आचरणम्" सः न मन्यते। विवशः इव आचरति च। मनोविकृतिविज्ञानस्य इदम् अत्र मतम्-अज्ञातेन, अचेतनस्थितेन केनापि हेतुना प्रेर्यमाणः एवं व्यवहरति मनुष्यः। अन्येऽपि बहवः पापाचाराः, अपराधेषु अभ्यस्ताः जनाः मनोरोगेण वशीकृता एव तथाविधम् आचरन्ति।

भवति केषांचित् अपुंस्त्वमपि मनोजनितम्। शरीरे नास्ति तत् किंचित् येन जायते पुरुषस्य पुंस्त्वहानिः, पुंस्त्वे हीनता वा। एवमेव स्त्रीषु दृश्यते कामेच्छायाः अभावः, शैत्यं वा। सुरतं प्रति घृणा अरुचा भयं कदर्यं वा अपि अनुभूयते कैश्चित् पुरुषैः, स्त्रीभिश्चापि। अतिकामुकत्वम् अपि अकामुकत्वमिव अवलोक्यते यत्र कुत्रापि। कामसम्बन्धः सामान्यः स्वाभाविकश्च सम्बन्धः स्त्री-पुरुषयोः। सः एव भवति आधारः दाम्पत्यस्य, गृहस्थजीवनस्य च। कामः मनो-बीजः। अत एव सकामत्वेन स्वस्थकामत्वेन वा सम्भवति मनसः स्वास्थ्यं सुखं च। कामः एव परस्परप्रेम्णः सहजं स्रोतः। किन्तु अत्र प्रजायन्ते अनेके मनो-विकाराः। फ्रॉयडमते तिष्ठतां चिन्तकानाम् इयमस्ति विचारणा—पुत्रः अम्बिकां प्रति कामुकत्वात् स्निह्यति, द्वेष्टि च पितरम्। कन्या तथैव मातरं द्विषती पितरं प्रति प्रीतिं अनुभवति। तद् घटते शैशवकाले। किन्तु शीघ्रमेव एतादृशी विषमलिङ्गता विपरिवर्त्तते—यतो हि बालकानां समलिङ्गिनः कामस्य उदयात् बालकेषु समवयस्केषु अङ्कुरति कामुकत्वम्। एवं च बालिकानामपि। समलिङ्गी भवति एषः कामः। किन्तु इयं समलिङ्गता नास्ति सहजा। यदि बालकस्य बालिकायाः वा मनोविकासः स्वस्थरूपेण चलति, तदा पुनरपि उदेति विषमलिङ्गता। यथा—बालकस्य कैशोर्ये स्थितस्य बालिकां प्रति कामभावनया सहजम् आकर्षणं दृश्यते, एवं च किशोरीणां वयस्यैः किशोरैः सह जायते स्निग्धभावत्वम्। एषः प्राकृतः सहजः स्वस्थश्च मनोविकासः।

अस्मिन् मनोविकासे आविर्भवन्ति शतशः विकृतयः। यथा उपरि उल्लि-खितं—सर्वस्मिन्नपि अक्षुण्णे तिष्ठति, अपुंस्त्वं जायते वीर्यवतोऽपि पुरुषस्य, शैत्यं वा स्वस्थशरीरायाः अपि स्त्रियः। केषांचित् पुरुषाणां मनःसम्भूतं भवति स्त्रैणत्वं,

स्त्रीणां च जायते पुंस्त्वप्रवृत्तिः, येन ताः पुरुषायन्ते, पुरुषायितुं वा कामयमानाः भवन्ति। केषुचित् पुरुषेषु स्त्रीषु वा समलिङ्गता मृत्युपर्यन्तं दृश्यते। वयस्काः मनुष्याः बालकैः सह कामसम्भोगमिच्छन्ति; स्त्रियो वा स्त्रीभिः सह रतिमनुभवन्ति। एते सर्वे अपि मनोरोगाः एव। किन्तु एषां निदानम् अद्यापि न ज्ञायते चिकित्सकैः।

केचित् कृतागसो मनुष्याः अपराधेषु अभ्यस्ताः अपि पाप-चेतनां विना विषमम् आचरन्ति। "पापम् अपराधं वा आचरामि" इति तेषां बोधो नास्ति। एते पापकृतः पुरुषाः लोके जघन्यानि कार्याणि अपि कुर्वन्ति। नास्ति तेषां घृणाभावः। मनःप्रसूता एतेषां विकृतिः।

मनोरोगाणां अस्ति एकः वर्गः—"फंक्शनल डिसओर्डर" इति नाम्ना ज्ञातः। अस्मिन् शरीरस्य सर्वाङ्गाणि अक्षुण्णानि दृश्यन्ते; न कुत्रापि कस्यचित् अङ्गस्य किमपि हीयते तथापि सर्वं शरीरम् एकं वा अङ्गं स्वकार्यं न करोति—यथा, नयनद्वये अक्षुण्णे तिष्ठत्यपि नावलोकयितुं पारयति मनुष्यः, अथवा, श्रोत्रयोः न कश्चिदपि दृश्यते आघातः, किन्तु श्रवणकार्यम् अवरुद्धं भवति। एवमेव सर्वेषामपि अङ्गानां सम्भवति—जिह्वा न प्रसरति; हस्तौ वा गतिं न कुरुतः, पद्भ्यां वा न चलितुं शक्यते, अथवा सर्वं शरीरं स्तब्धमिव जडमिव अगतिकं जायते। शरीरचिकित्सकदृष्टौ एषां नास्ति निदानम् उपचारो वा। 'पक्षाघातः' इत्यभिधेयो रोगः बहुधा एवंविधो भवति; अस्मिन्नपि शरीरं, एकाङ्गं वा अगतिकं सम्पद्यते।

रक्तचाप-सम्बन्धि रोगाः स्नायूनाम् अति उत्ताननेन, 'अति उत्तेजनेन' वा प्रादुर्भवन्ति। हृदयरोगाणाम् इदमेव मूलम्। मधुमेहस्य उत्पत्तिः चिन्तायाः अतिशयेन जायते। शर्कराबाहुल्यात् रक्तप्रवाहे उद्भवति मधुमेहः। तत् शर्कराबाहुल्यम् अतिभोजनेन, विशेषतस्तु मिष्टान्नभोजनेन, अथवा चिन्ताबाहुल्येन जनितं भवति। चिन्तातुरो जनः हृदयं, नाडीमण्डलं, पेशीसंस्थानञ्च त्वरयति। अतित्वरणेन यकृत् रसग्रन्थिभिः प्रेर्यमाणं सत् शर्करां सृजति, रक्तं च दूषयति। अतिभोजनम् अतिवाचालता, अतिनिद्रालुता, अतिजागरणं वा, यत्रापि अवलोक्यते वा 'अति', अयुक्तता वा, तत्र अस्वस्थं मन एव भवति कारणं, यतो हि अयुक्तं मनः अन्तःस्थितैः अचेतनैः उत्तेजनैः पुनः पुनरपि ताड्यमानं सत् स्वयमपि अवशं जायते, प्रचोदयति च इन्द्रियाणि अकार्येषु। इत्थमेव अतिधूम्रपानं, ताम्बूलादिभक्षणं, मदिरादीनां अतिसेवनं च सन्ति मनोविकार एव यत्र मनसः अस्थैर्यं, अधैर्यं वा भवति कारणम्। गीतासु पृष्टं अर्जुनेनः—

> अथ केन प्रयुक्तोऽयं पापं चरति पूरुषः।
> अनिच्छन्नपि वार्ष्णेय बलादिव नियोजितः॥

श्रीभगवता उच्चेरितम् :

काम एष क्रोध एष रजोगुणसमुद्भवः।
महाशनो महापाप्मा विद्धयेनमिह वैरिणम् ॥

काम एष कुण्ठितः सन् क्रोधरूपेण उदेति। अयं कामः मनोबीजः। रजसा संयुक्तः सन् एष कामः उपद्रवं रचयति जीवने, यतो हि महदस्ति अस्य अशनं, न हि तर्पितुं शक्यते—इत्यस्ति शास्त्रस्य निष्कर्षः।

दुर्योधनस्य महाभारतवीरस्य एका उक्तिः प्रार्थना स्वरूपा श्रुता भवेत्। अस्यां प्रार्थनायां स्नायुरोगस्य लक्षणानि प्रतिपादितानि सन्ति—इत्यस्ति उक्तेः महत्त्वम्। इयं उक्तिः —

जानामि धर्मं न च मे प्रवृत्तिः,
जानामि पापं न च मे निवृत्तिः।
केनापि देवेश! हृदिस्थतेन,
यथा नियुक्तोऽस्मि तथा करोमि ॥

स्नायुरोगेण ग्रस्तो मनुष्यः धर्मं जानाति, अधर्मं चाऽपि जानाति। सः स्वकीयां व्यथां विवशतां वा हृदि अनुभवति; विवेचनक्षमः सन् मीमांसामपि कर्त्तुं समर्थः। 'विपश्चित्' अपि भवेत् गीतानुसारेण। तथापि अस्ति कश्चित् हृदिस्थितः यं सः न वेत्ति, न वेत्तुं शक्नोति वा। सः एवास्ति स्रोतः वैक्लव्यस्य, मूलं च महोपद्रवस्य, हृदयं च मनोरोगस्य। सः मनोग्रन्थिः, स्नायूनाम् अति उत्तानतया जातः, अचेतने धृतः, सर्वेषु अङ्गेषु परिव्याप्तः, सूक्ष्मतया गृहीतुमशक्यः, बुद्ध्या विवेचयितुमयोग्यः, शब्दैरगम्योऽपि शल्यमिव अनुभूतः, अलक्षितोऽपि व्रण इव पीडाप्रदश्च। अस्य उपचारार्थं मनोविश्लेषणादयः उपचारप्रकाराः आधुनिकमनःश्चिकित्साविज्ञानेन अद्य आविष्कृताः सन्ति।

मनश्चिकित्साविधयः

[४]

कः स्वस्थस्य मनसो लक्षणानि

'चिकित्स्यं मनः' इति पूर्वमेव प्रतिपादितम्। मनोरुजां विविधानि रूपाणि वर्णितानि सकारणानि। मनसः स्वास्थ्यम् आवश्यकीयं, शरीरस्य इव, यतो हि स्वस्थे मनसि, सर्वं स्वस्थं, सर्वं सुखितं, सर्वं च समीचीनं जायते। अस्वस्थे च मनसि सर्वमपि विपर्यस्यति, विपरीतमिव आचरति च। किन्तु किं लक्षणं स्वस्थं मनः? इत्यस्ति पृच्छा। फ्रॉयडमहोदयेन इदं पृष्टमासीत् प्रथमतः। नैकमत्यं अभूत् वैज्ञानिकानाम्। विकासक्रमेण स्वास्थ्यविषयक—संकल्पना अपि विकासं प्राप्तवती। अस्मिन् देशेऽपि आसीत् स्वास्थ्यपरिकल्पना। साऽपि अत्र विवेच्यते, पाश्चात्यप्रत्ययेन सह एव।

स्वस्थं मनः सामान्यं (नॉर्मल) भवति; अस्वस्थं च अ-सामान्यं (एब नॉर्मल)—इत्यस्ति लक्षणानां प्रथमो विकल्पः। समानस्य भावः सामान्यम्—इत्यस्ति अत्र सामान्यस्य व्युत्पत्तिः। समाजे जातः मनुष्यः अन्यान् समवयस्कान् बन्धून् पितृन् वा अवलोक्य तैः समानमेव व्यवहरति—यथा अग्रजाः आचरन्ति अनुजाः अपि तान् अनुकुर्वन्ति तथैव वस्त्राणि धारयन्ति, तथैव भाषन्ते, तथैव च भोजनमुख—प्रक्षालनादीन् संस्कारक्रियाकलापान् सम्पादयन्ति। पित्रा समानो भवितुं कामयते पुत्रः, मात्रा समाना भवितुं चेष्टते पुत्री—इति अस्ति गृहे-गृहे साधारणः अनुभवः। कस्माद् हेतोः इदं घटते? पिता आत्म-समं पुत्रं प्राप्य प्रीणाति, तथैव च माता प्रीणाति स्वसदृशीं पुत्रीं लब्ध्वा। यदि किंचिदपि अ-सामान्यं, विलक्षणं वा लक्ष्यते, तेन भवति सर्वेषाम्; आश्चर्यं, खेदोऽपि जायते, प्रश्नोऽपि पृच्छ्यते कथम् इदं विसदृशं जातम्? कथं लोकमतिरिच्य विषमम् इदम् अस्ति आचरितम्? अलौकिकत्वं सर्वेषां भवति विस्मयाय आश्चर्याय च।

अस्मिन् लोके जनाः बहुलतया लौकिकाः एव भवन्ति। असामान्यो जनः तिरस्क्रियते उपहास्यतां च याति—यथा, सर्वोऽपि जनः उपानद्द्वयं रक्षार्थं पदभ्यां परिदधाति। यदि कोऽपि पुरुषः राजमार्गेषु तद् उपानद्द्वयं शिरसा वहन् गच्छति, इदम् अस्ति अलोकसामान्यं आचरणम्। जनानाम् उपहासार्थम् एव जायते विलक्षणम् आचरितम्। तिरस्कारभयेन, उपहासभिया वा सर्वैः सामान्यमिव आचर्यते। इदं च स्वीक्रियते स्वस्थस्य मनसः प्रथमं लक्षणम्।

एकस्मिन् समाजे भवति समान एव आचार-विधिः। अनेन जायते सामाजिक-परम्पराणाम् उद्भवः। सर्वैरपि सामान्यैः जनैः स्वीकार्याः भवन्ति परम्पराः। अति-प्राक्तनाः अपि धर्मनीतिसमाजसम्बन्धिपरम्पराः अद्यापि, महति विपर्यये संजातेऽपि, जीवन्ति। न कोऽपि उत्सहते ताः परित्यक्तुम्। ये उत्सहन्ते, परित्यजन्ति च, नवीनां कामपि परम्परां मान्यतां वा सेवन्ते च, ते भवन्ति महान्तः पुरुषाः, अथवा विक्षिप्ताः, असामान्याः, अस्वस्थमानसाः मनुष्याः। महान्तोऽपि पुरुषाः प्रथमतस्तु सामान्यैः जनैः—अस्वस्थमनसः विक्षिप्ताः एव भवेयुः अलोकसामान्यात् आचारात् विचारात् वा—इत्येवं मताः भवन्ति। "सुकरात-यीशू-गान्धी" इत्यादयः सन्ति सम्मान्याः इतिहासपुरुषाः ये अलोकसामान्याचरितैः, नूतनानां जीवनसरणीनाम् आविष्कारैश्च हेतुभिः सामान्यैः जनैः घातिताः। अलोकसामान्यत्वं तेषां पश्चादेव प्रख्यापितं स्वीकृतं च बभूव। किन्तु एते पुरुषाः अपवादस्वरूपाः एव। सामान्यतस्तु सामान्यत्वमेव आचारस्य विचारस्य च" मनसः स्वास्थ्य लक्षणम् अङ्गीकृतम्।

अस्ति अत्र कारणम्। समाजे समायोजनं विविधानां विरोधिनीनां प्रवृत्तीनां भवति आवश्यकीयम्। समाजो भवति सार्वजनीनः, यत्र सर्वे जनाः मिलित्वा, परस्परं सहयोगेन सौहार्देन च, मिथः साहाय्यं कुर्वन्ति स्वस्वप्रवृत्तीनां तृप्तये। यद्यस्ति कोऽपि स्वार्थपरः पुरुषः यः स्वकार्यं साधयति, अन्यान् च बाधते; स्वकीयामेव इच्छति पूर्तिं, न अन्येषां, तर्हि नास्ति तस्य स्थानं सुरक्षितं जन-समवाये। एवं च आत्यन्तिकः स्वार्थ-त्यागोऽपि नोचितः। नात्यन्तिकं किमपि उचितं भवति, यतो हि आत्यन्तिकेन केनापि कर्मणा जायते स्नायूनाम् अनर्थकम् उत्तानन्नं, उत्तेजनं च संवेगानां क्रोधादीनाम्। अनेन उत्पद्यते मनसि वृथैव भावानां भारः यो न सोढुं शक्यते इन्द्रियैः सह मनसा। अनेन भग्ना भवति मनोरचना, आन्तरिकं किमपि संग्रथनं च। प्रारभ्यते च इत्थं मनसः अस्वास्थ्यम् असुखम् असमायोजनश्च। समायोजनं (एडजस्टमेन्ट) इत्यस्ति स्वस्थस्य मनसः अपरं लक्षणम्।

समायोजितमनसो मनुष्यस्य अवलोक्यते स्वस्थचित्तता। नाऽसौ मनुष्यः सामान्यकृतां सीमानं लङ्घयति; नात्येति समाजविहितां मर्यादां; न तिरस्करोति जनसमवायेन स्वीकृतां कामपि परम्परां, न कस्यापि विरोधं विदधाति; न नूतनं कर्तुम् उत्सहते; नापि स्वीकरोति अपूर्वां विचारविधां, जीवनविधानं वा। सर्वमपि समायोजि-तस्य पुरुषस्य जायते चतुरस्रम्। सः स्वभावेन सरलः, अक्रोध इव दृश्यते। सः आज्ञां पालयति, आदेशं च मानयति। येन भवेत् कस्यापि चित्तस्य कालुष्यं, सः तन्न करोति। सर्वेषामपि चित्तप्रसाधने भवति प्रयत्नवान्। वैराद् बिभेति। सर्वेषां मैत्रः, करुणापरः, स्वोपकारमपि परिहाय परोपकारमिच्छति। एवं भवति समायोजने सति सर्वं समीचीनं, सर्वं चतुरस्रं, सर्वं सुखितं, शान्तञ्च।

किन्तु एतादृशी मानसी व्यवस्था आपाततः स्वस्था अपि अवलोक्यमाना न भवति स्थापिनी। कस्यापि संवेगस्य झटिति प्रहारेण त्रुटति सा, ऊर्णनाभेन सृष्टं जालमिव। समायोजनं आवश्यकमपि सत् नास्ति स्थायि लक्षणं स्वस्थमनसः, यतो हि इदं भवेत् नेपथ्यमिव नटेन धृतं नाट्यापहेतवे, सत्यस्य स्वरूपस्य आवरणाय। समायोजनम् आवृणोति सत्स्वरूपं मनसः, आच्छादयति यद् भवति मानसस्य गर्भे स्थितं च—यथा हि केषुचित् अवसरेषु क्रोधस्य कामस्य वा भावः उद्रेकम् इच्छन्नपि शालीनतया, अथवा सभ्याचारस्य आवश्यकतया, अथवा संस्कृतिरक्षाम् अपेक्षितुकामेन वा, दम्यते, आव्रियते वा लज्जादिभावैः। एवं समायोजनप्रयत्नैः जायते दमनं प्रवृत्तीनां, भवति च शमनं मनोभावानां; वास्तविकं आवृतं सत् नीचैर्गच्छति; अवास्तविकं मनसः स्वरूपम् उपरि आयाति। एषः प्रवर्त्तमानो भवति जीवने अभिनयप्रयत्नः, येन क्षीयते मनोबलं, अस्वास्थ्यं च प्रारभ्यते।

समायोजनं सिद्ध्यति समाजीकरणविधया। किम् इदं समाजीकरणम्? जनसमूहे जीवन् मानवः सुरक्षां, स्नेहं च सुहृज्जनानाम् अपेक्षते। अन्यथा जायते अस्य भीतिः। जनसमुदायस्य अस्ति कश्चित् प्रतिबन्धः—समाजे विधि-निषेधानां काचिद व्यवस्था विकसति। स एव सुरक्षां लभते यः स्वीकरोति समाज-कृतां व्यवस्थाम् अनुशासनं च। तत्र विकसन्ति कानिचित् जीवन-मूल्यानि, मर्यादाः मान्यताश्च। तानि सर्वाणि अनालोच्य यः अङ्गीकरोति मनसा, सः "सुरक्षितोऽहम् अनुशासितोऽहं, न मया किंचिद् अपराद्धं, न मया पापमाचरितम्" इति मन्यमानः सुखं जीवति, "स्वस्थोऽहम्" इत्यनुभवति च। मनसा समाजस्य स्वीकरणमेव अस्ति समाजीकरणम्।

समाजीकरणमपि समायोजनमिव अपेक्षितमेव मनसः स्वास्थ्याय, सुखाय च हेतवे। किन्तु अनालोचनेन मनसः विवेकशक्तिः अपोह्यते। अनेन विधिना अपि यत् 'असत्यं', 'संदिग्धं' वा भवेत् तदपि सत्यमिव स्वीक्रियते। "गड्डलिका प्रवाहः" इव चलति अयं संसारः "अन्धेनैव नीयमानो-यथान्धः"। न कोऽपि विचारयति, न कोऽपि विविनक्ति, न कोऽपि प्रष्टुम् उत्सहते प्रश्नान्। अत एव समाजीकृते सति मनसि, सर्वमपि समीचीनं, साम्प्रतिकमिव लक्ष्यते; किन्तु सत्यस्य अपोहनात् उत्पद्यते भयमपि, विशेषतः संक्रान्तियुगे। अथवा, कदाचित् जायते अन्तर्द्वन्द्वात्मकः संघर्षः, येन आवरणम् उत्पाट्य आविर्भवति यदस्ति कूटस्थं सत्यम्। अत एव समाजीकरणस्य अस्ति सीमा, अस्ति च अपेक्षा अपि।

सन्ति केचित् चिन्तकाः येषां मते पुरुषस्य सर्वतोमुखः विकासः एव स्वस्थस्य मनसो लक्षणमस्ति। मनसः अनेकानि अङ्गानि भवन्ति— यथा, विवेचनशक्तिः, भावनाः भावाश्च, नानाविधाः प्रवृत्तयः, समाजे स्थातुमिच्छा येन लभ्यन्ते समायोजनं समाजीकरणं च, सुरक्षा स्नेहाश्च, संस्कृतिः सभ्यता च, विज्ञानकला साहित्यं च, धर्म-

दर्शननीतिशास्त्रादीनि वा। स्वातन्त्र्यमपि जीवने सः कामयते। "सर्वं परवशं दुःखं, सर्वमात्मवशं सुखम्। एतद् विद्यात् समासेन लक्षणं सुखदुःखयोः" इत्यस्ति शास्त्र-वचनम्। एष सर्वेषाम् अनुभवोऽपि अस्ति। एवं सन्ति बहवः पक्षाः जीवनस्य। सर्वेषां समानरूपेण विकासः, नैकस्यापि हननम् अपोहनं वा, नान्यस्य 'अति'-विकासः—अनेन प्रादुर्भवति सन्तुलिता मानसी व्यवस्था, एतादृशी व्यवस्था एव स्वस्था इति ज्ञायते।

सर्वाङ्गीणोऽयं विकासः सन्तुलितो भवति। नात्र अनावश्यकं दमनं शमनं वा क्रियते मनोवृत्तीनाम्। अत एव ग्रन्थिभिः मुक्तमिव तिष्ठति मनः। सम्पूर्णताम् अनुभवति मानव-व्यक्तित्वमपि। अस्ति पूर्णत्वे सुखानुभूतिः। पूर्णत्वे नास्ति च मनसो विभक्तता। अतिवर्जनाच्च स्थिरचित्तता अपि अनुभूयते। स्थिरायति चित्ते बुद्धिः स्वकार्यम् अनुतिष्ठति। नास्ति त्वरा, चिन्ताज्वरो वा। सर्वं भवति सुस्थिरं, सुस्थितं स्वस्थं च।

अस्ति अत्रापि काठिन्यम्। कथम् एतादृशः सन्तुलितः सम्पूर्णो विकासः प्राप्तुं शक्यते। प्राप्तुम् अशक्यत्वाच्च वृथैव प्रयत्नो भवेत् स्वास्थ्यलाभाय। आधुनिकानाम् अत्र विचाराः प्रस्तूयन्ते।

(क) अस्ति दुर्लभः मनसः स्वास्थ्य-लाभः, शरीरस्य स्वास्थ्यलाभ इव। को न्वस्ति, अस्मिन् लोके यः पूर्णरूपेण शरीरे मनसि वा स्वस्थः। आदर्शीकृता एव पूर्णतालाभाय मनुष्यस्य कामना। प्रयततां सः सर्वदा इदमुद्दिश्य एव। आदर्शः दुष्प्राप एव भवति।

(ख) नास्ति स्वास्थ्यं सम्पद् इव, मनुष्यः अर्जयित्वा गृहे संचिनोति आजन्म भुंक्ते च। स्वास्थ्यस्य कृते प्रतिक्षणमेव प्रयतमानेन भवितव्यं नरेण यो जीवितुमिच्छु-रस्ति चलायमाने अस्मिन् जगतीतले। चञ्चलं हि मनः। प्रतिक्षणं विपरिणमते, नूतनानि तत्त्वानि गृह्णाति, कामशतैः विताड्यते, आशाशतैः प्रचोद्यते, स्नेहशतैः अनुदिनं बध्यते, करुणावैरघृणादिभावैः प्रेर्यते च। तत् कुत्रास्ति स्थैर्यं चित्तस्य सुखं स्वास्थ्यं वा मनसः यच्चलं नास्ति? अत एव मनसः स्वास्थ्यं, शरीरस्वास्थ्यमिव अनुदिनं अनुक्षणं च अवधेयम् अर्जनीयं, रक्षणीयं च भवति।

(ग) यावत्पर्यन्तं विद्यते कर्त्तुमिच्छा, स्वकर्माणि सम्पादयितुं प्रयत्नो वा तावत्पर्यन्तं तिष्ठति स्वस्थं मनः। यदा लोकम् उज्झित्वा पलायितुं कामयते मनः, कर्त्तव्यानि वा विहातुं भवति मानसम्, कार्यमकार्यं वा विवेक्तुं संजायते अक्षमा बुद्धिः, तदा प्रकटीभवति अस्वस्थमनसो लक्षणम्। यत्कार्यं कर्म तत्कर्त्तुम् उचितमेव, न तु पलायनं परित्यागो वा। स्वस्थमनसः इदमस्ति लक्षणं च।—कर्मण्यता—इत्यस्ति लक्षणम्।

(घ) "सुखानुभूतिः", दुःखचिन्तात्वरादीनां निवारणं च—अनेनापि लक्ष्यते स्वस्थं मनः। किन्तु दुःखेषु अपि अनुद्विग्नमनाः तिष्ठति स्वस्थः पुरुषः। विपदि धैर्यम् अस्य अभ्यासः। अभ्युदये क्षमां च अभ्यसति सः। यशसि अभिरुचिं वहति, युधि च अपलायनं करोति। सत्ये निष्ठां धारयति। संघर्षे सति न बिभेति। स्वातन्त्र्यं मूल्यवद् इति मन्यते। इत्थं स्वस्थः पुरुषः न केवलं सुखमेव भुङ्क्ते, अपि च सः प्रभविष्णुरपि भवति। दुःखमपि सुखमिव धैर्यात् सहते। दुःखेनापि सुखमवाप्तुं प्रभवति।

(ङ) मानव-सम्बन्धाः अपि स्वस्थस्य पुरुषस्य स्वस्था एव भवन्ति। सः स्निह्यति, प्रीतिं करोति, विपन्नान् अवलोक्य कारुण्येन द्रवति, सम्पन्नान् दृष्ट्वा च प्रसीदति, मित्राणि सौहार्देन वर्त्तते, उचितानुचितं जानाति समये युक्तं वक्तुम् समर्थो भवति। न सः शुष्कवैराणि करोति। सः स्ववशे स्थितः सन् शत्रुभावं विजेतुं यतते। एवं सः मानवसम्बन्धान् स्थापयति, तेभ्यश्च स्वसुखं विस्तारयति, जगतोऽपि सुखमातनोति च।

(च) स्वस्थो मानुषः आशावान् भवति—न सः अतीते एव तिष्ठति; वर्त्तमानेन सह व्यवहरति; अनागतं च विश्वसिति। स्वप्नेषु प्रवञ्चितो न भ्राम्यति। आत्मविश्वासः अस्य भवति; साहसम् भवति, कर्माणि कुर्वन्नेव इह सः जिजीविषति।

भारतवर्षे 'स्वस्थ' इत्यस्य विचित्रैव परिभाषा कृता या भारतीयां संस्कृतिमनुसृत्य स्वस्थस्य मनसः लक्षणानि मीमांसते। शरीरस्य मनसश्च अस्ति एका प्रकृतिः। तयोरस्ति समानप्रकृतित्वम्। किन्तु विविधानि शरीराङ्गानि मनसश्चापि अहंकारबुद्धिचित्तादीनि अङ्गानि सन्ति। यदा च तानि अङ्गानि स्वानि स्वानि कार्याणि कुर्वन्ति, प्राकृतान् नियमान् च अनुपालयन्ति, सर्वाणि मिलित्वा एकैकस्य सर्वस्यापि जीवनस्य लक्ष्यं च साधयन्ति, अनुतिष्ठन्ति वा एकीभूय मोक्षस्वरूपस्य आनन्दस्य प्राप्तये विविधानि अनुष्ठानानि तदा मनुष्यः 'स्वस्थो' भवति, स्वास्थ्यमनुभवति च। "स्वातन्त्र्यम् आनन्दः" इति विचारितं अध्यात्मवादिभिः। आनन्दस्वरूपः आत्मा। आत्मलाभेनैव मुच्यते मनः बन्धेभ्यः। मोक्षस्वरूपत्वात् आनन्दस्य—मनसि उन्मोचिते सत्येव आनन्दानुभूतिः जायते। आनन्दानुभूतिः एव स्वस्थस्य मनसो लक्षणं भारतीयैः स्वीकृतम्। "नायमात्मा बलहीनेन लभ्यः" इत्यस्ति उपनिषद्वचनम्। यस्य नास्ति बलं, नापि साहसम्, नापि ब्रह्मचर्ये स्थितिः; नापि संकल्पः, नापि ओजः उत्साहो वा, तस्य आत्म-लाभो न सम्भवति। अत एव आत्मलाभाय यतमानस्य पुरुषस्य एव संजायते शरीरमनसोः स्वास्थ्यम्। न च पुनः तस्य यः कामशतैः बद्धः, कुण्ठाभिश्च प्रतिहन्यमानः न जानाति दिशः, न च लभते क्षणमपि शर्म। आत्मनि यः तिष्ठति, सः एव स्वस्मिन् स्थितिं प्राप्नोति—सः एव भवति 'स्वस्थः'—एवं व्याचक्ष ते आत्मविदः।

गीतासु उपनिषत्सु च स्थितप्रज्ञस्य जीवनक्रमः वर्ण्यते। सः युक्तो भवति

आहारविहारादिषु स्वप्नावबोधेषु च। व्यवसायात्मिका जायते अस्य बुद्धिः—यथावसरं निर्णेतुं, निश्चेतुं वा समर्था भवति, न तु कुण्ठाशतैः प्रचोद्यमाना इतस्ततो भ्रमति। सर्वाणि अस्य अङ्गानि मनः अहंकारश्च स्वस्मिन् धर्मे, कार्ये च तिष्ठन्ति, स्वानि कार्याणि अनुतिष्ठन्ति। अत एव सर्वस्यापि भवति स्वस्मिन् स्थितिः, अत एव च अक्षुण्णा तिष्ठति कार्यक्षमता। स्वस्मिन् स्थितिरेव मनसः शरीरस्य च "स्वास्थ्यम्" इत्यस्ति भारतीया विचारणा। आत्मस्थितिरेव आत्मलाभः। अनेन जायते आत्मवश्यता युक्ताचारश्च।

ख : मनोविश्लेषणविधिः

प्रख्यातोऽयं मनश्चिकित्साविधिः सर्वत्र। फ्रायडमहोदयस्य अयम् आविष्कारः। मनसो गर्भे स्थितानाम् अचेतनमनोग्रन्थीनाम् अनेन उपचारेण उन्मोचनं भवति। ग्रन्थीनाम् उन्मोचनेन सहजः मनोविकासः यः स्तब्धो भवति, अथवा यः संजायते ह्रासोन्मुखः, पुनरपि प्रारभते। मनोरोगहेतुभिः भावनानां मिथः उद्ग्रन्थने सति, "इड एगो स्युपर एगो" इत्येतेषां परस्परविरोधिभिः प्रचारैश्च गुम्फने सति विवेकस्य स्वाभाविको विकासः अवरुध्यते, अथवा, उपचयमपि प्राप्य प्रौढतामपि अनुभूय पुनरपि बाल्ये ह्रसति शैशवोचितं व्यवहरति च। इत्थं द्विविधो भवति विकासस्य अवरोधः ग्रन्थिजनितः। ग्रन्थिविमोचनेन अयम् अवरोधः अपाक्रियते—एवं च प्रारभते विकासः—इत्यस्ति सारः मनोविश्लेषणनाम्नः उपचारस्य।

मनसः विश्लेषणं कथं सम्पद्यते, सम्पाद्यते वा मनश्चिकित्सकेन—इत्यस्ति प्रश्नः। दुःसाध्यः अयं विधिः, यतो हि न केनापि आधिग्रस्तेन जनेन आत्म-विश्लेषणं कर्तुं सम्भाव्यते। अचेतनस्थितो भवति मनोग्रन्थिः। न चेतनप्रयत्नेन, न चापि विवेकेन तर्केण वा, न शास्त्रादीनाम् अध्ययनेन मननेन च, न बहु जल्पितेन, स्मारणेन वा, न उपदेशेन आदेशेन वा, अचेतनमनोग्रन्थेः उन्मोचनं भवति। केषांचित् मनोवैज्ञानिकानां मते आत्म-विश्लेषणं (सेल्फ-एनालिसिस) सम्भवति। अनेन उपायेन सम्भवति मनोविश्लेषणमपि। अतश्च रुग्णः स्वयमेव स्वकस्य उपचारं विधातुं क्षमो भवति।

नेदं फ्रायडमहोदयस्य मतमस्ति।

फ्रायडमते तु रोगग्रस्तस्य पुरुषस्य मनोविश्लेषणं मनश्चिकित्साविज्ञानविदा एव कर्तुं शक्यते। स मनश्चिकित्सकोऽपि स्वयमेव स्वस्थमनाः भवेत्—इति अपेक्षितम्। तस्यापि मनोविश्लेषणविधिभिः मनोविश्लेषणं, ग्रन्थीनाम् उन्मोचनं च आवश्यकीयं, यतो हि यदि सः स्वयमेव नास्ति स्वस्थमनाः, अपितु अस्ति मनोग्रन्थिभिः त्रस्तः, सः मनोविश्लेषणविधिं प्रत्यक्षतः न अवबुध्यते, न च रोगिणं चिकित्सितुं सः अधिकारी अपि भवति—एतादृशः मनश्चिकित्सकः स्वकीयैरेव अचेतनस्थितैः ग्रन्थिभिः तं स्पृशन् अधिकां रुजं दास्यति। स्वयं बद्धः सन् कमुन्मोचयितुं सः समर्थो भवेत् ? विशिष्टो भवति

सम्बन्धः चिकित्स्यचिकित्सकयोः मध्ये फ्रायडमतेन—तस्य विवेचनम् अग्रे विधास्यते— इदमत्र बोध्यं यत् मनोविश्लेषणविधिषु चिकित्सकस्यापि मनः स्वास्थ्यं मनोग्रन्थिभ्यः उन्मोचनस्वरूपम् आवश्यकीयम् ।

प्रथमतः, चिकित्सामिच्छन् रुग्णो जनः मनोवेदनाम् अपनोदितुकामः मनोविश्लेषकं गच्छति, न स तम् आयाति । चिन्ताभिः तापितो भवेत् अथवा अनिद्रारोगेण, मुधा भीतिभिः, अथवा येन केनापि स्नायविकरोगेण ग्रस्तो भवेद्वा जनः; स रोगस्य उपचारार्थं साहाय्यं कामयमानः मनोविश्लेषकेण सह सम्पर्कं करोति । अनेन सूच्यते यत् तस्य स्वास्थ्यलाभाय संकल्पो विद्यते । यदि क्षीणसकल्पो भवति रुग्णः, तस्य स्वास्थ्यलाभोऽपि संदिग्ध एव, उपचारफलमपि शङ्कनीयं जायते । दृढसंकल्पतया द्रढीयो भवति मनोबलं; द्रढीयो मनोबलं दृढयति स्वास्थ्योपचारविधीनपि । संकल्पस्य बलं भवति उपचाराय एकं घटकम् ।

यदा रुग्णो जनः मनश्चिकित्सकं गच्छति, अनेन इदमपि प्रमाणितं जायते, यत् स तं श्रद्धधाति । सत्त्वम् इति मनोबलम् । "सत्त्वानुरूपा सर्वस्य श्रद्धा" भवति । पुरुषोऽयं श्रद्धामयः । श्रद्धया निर्मितमिव अस्य मनः । "यो यच्छ्रद्धः स एव सः"—इति गीतोक्तिः । "यादृशी च भवेत् श्रद्धा, सिद्धिर्भवति तादृशी ।" इत्यपि श्रूयते । एवमेव—महाभारतेऽपि व्यासेन उक्तम्—यादृगिच्छेच्च भवितुं तादृग् भवति पूरुषः ।" अनेन "अस्ति श्रद्धायाः शक्तिः, अस्ति च इच्छाशक्तिरपि, यया मानसोपचारः सम्भाव्यते ।" इति सिद्धं भवति । रुग्णस्य चिकित्सकं प्रति गमनं अस्य श्रद्धाम् इच्छां च प्रमाणयति । इच्छा-श्रद्धा संकल्पशक्तिभिः संवलितं मनः अर्हति उपचाराय—इत्यस्ति सामान्या श्रुतिः लोके स्वीकृता । मनोविश्लेषणविधिषु फ्रायडमहोदयेनापि इयं प्रतिपादिता । एतासां शक्तीनाम् अधिकाधिकं सम्बलनं कैरपि उपायैः क्रियते । इत्यस्ति प्रथमं चरणम् ।

द्वितीये चरणे स्नायविकरुजा ग्रस्तः मानवः स्वकीयां रुजं विश्लेषकाय निवेदयति—यथा, नाहं निद्रामि रात्रौ; दिवा मे नास्ति शमः, विश्रान्तिर्वा । वृथाभयैः मर्दितं मनो मे । साधारणैरपि संवेगैः अहम् उद्विग्नो भवामि । मदीया मानव-सम्बन्धाः अपि विकृताः संजाताः" एवं भवेत् अस्य निवेदनम् । "किं करोमि" इत्याकारा भवेत् पृच्छा । निवेदनकाले अथवा सर्वदैव रोगिणा सह संलापेषु दूरतोऽपि चिकित्सकेन संकेतो न देयः—यथा, न त्वमसि चिकित्स्यः; अथ वा, न ते आशा अस्ति उपचाराय; अथ वा, त्वमसि गम्भीरेण मानसरोगेण ग्रस्तः; अथवा, वृथैव ते अरण्य-रोदनम्, अथवा नास्ति तव रोगः गम्भीरः; अथ वा, उपहासास्पदं त्वमसि जातः" इत्यादीनि वाक्यानि न प्रयोक्तव्यानि मनोविश्लेषकेण, यतो हि एभिः द्वयोः स्वस्थः सम्बन्धः विकृतिं भजते । न चापि दर्शयितव्यो भवति स्नेहः, सौहार्दादीनाम् अतिशयो वा, तं प्रति; अनेन रागात्मकः नवीनः कोऽपि बन्धः द्वयोः मध्ये उपजायते । औदासीन्यमपि विना तटस्थभावः,

स्निग्धतां विना अपि सहानुभूतिश्च, रोगग्रस्तस्य मनोविश्लेषणाय, बन्धेभ्यः विमोक्षाय च, प्रदर्शनीये। एवं च प्रयतितव्यं चिकित्सकेन येन स तं श्रद्दधाति, विश्वसिति, गुह्यानि अपि प्रकटयति; उन्मुक्तहृदयेन पृच्छति च।

तृतीयं चरणं भवति शुल्कस्य निर्धारणाय। शुल्कः ग्रहीतव्यो वा, न वा ग्रहीतव्यः ? इत्यस्ति प्रश्नः मनोविश्लेषणविधौ। अयम् अत्र निर्णयः—गृहीतव्यः, यतो हि दीयमानेन शुल्केन रुग्णः अनुभवति—'दत्तो हि मया शुल्कः अस्मै चिकित्सकाय। स अनेन मयि रुचिं निधास्यति। ममापि अत्र स्वार्थः।" अतोऽनन्तरं सः नित्यमेव, अथवा यथानियुक्तः, चिकित्सकं गच्छति, समय-पालनं करोति, तस्य च निदेशान् मन्यते। इत्थं सुनियोजितं भवति अस्य आचरणं, समय-बद्धो भवति अस्य जीवन-क्रमः, विचारेषु अपि उदेति काऽपि व्यवस्था। एभिः उपायैश्च मनसि आविर्भवति व्यवस्थितचित्तता च। अयम् अस्ति उपचारस्य "श्रीगणेशः", प्रथमः कोऽपि उपक्रमः।

विश्लेषकस्य चिकित्सालये तिष्ठति एकः पर्यङ्कः प्रकोष्ठे। प्रकोष्ठः क्रियते अर्ध-प्रकाशितः, ईषत् प्रकाशितो वा, येन पर्यङ्के शयितस्य रोगिणः उत्पद्यते असम्पर्कः याथार्थ्येन सह। पूर्णे प्रकाशिते सति सः अन्तर्मुख एव न भवति, न च मनसः आभ्यन्तरेषु ईक्षितुं प्रवर्त्तते, यत्र विराजन्ते स्मृत्यवशेषाः, अनुभूतिशेषाः वा, अथवा दमिताः अचेतनस्य निषिद्धाः प्रवृत्तयः। पूर्णान्धकारे च सति भयत्रस्तं जायते मनः, उत्तेजितं च अचेतनम्। अत एव ईषत् प्रकाशिते एव निर्मक्षिके प्रकोष्ठे सः रोगी पल्यङ्के उत्तानमुखः शेते।

'पल्यङ्के शेते'—इति कस्मात् ? मनोविश्लेषणविधिषु चिकित्सकः रुग्णस्य अन्तर्मुखीकरणाय प्रयतते, येन सः अन्तर्मनसि प्रविश्य अचेतने प्रतिष्ठितं स्वीयं शैशवम् अवगाहते, यत्र विराजन्ते निषिद्धानां दमितानां स्मृतीनां कोशाः, पूर्वानुभूतानां (बाल्ये वा कल्पितानां) क्रोधादिसंवेगानां शेषाश्च। अन्तर्मनसः अवगाहनं रुग्णेन पुरुषेण—इत्यस्ति चिकित्सायाः अत्र सारः। पुरा तु मोहनिद्राम् (=सम्मोहनं=हिपनोसिस) उत्पाद्य मनोविश्लेषकः स्वयमपि प्रविशति अन्तर्मनसि—जानाति च यत् तत्र आस्ते, ज्ञापयति च रोगिणमपि संकेतैः। किन्तु सम्मोहनविधौ सः रोगी स्वयमेव मनसोऽचेतनस्य गर्भप्रदेशस्य अवगाहनं न करोति। किंचित्कालं स्वस्थः स्थित्वा पुनरपि पूर्ववत् भवति ग्रस्तः त्रस्तश्च। अत एव फ्रॉयडमहोदयेन सम्मोहनविधिः परित्यक्तः, स्वीकृतश्च सः विधिः यस्मिन् रोगी एव अन्तर्मुखो भूत्वा स्वयमेव अचेतनस्य अवगाहनं उद्घाटनं च करोति।

वस्तुतः स न हि शेते, किन्तु नेत्रे निमील्य, हस्तौ शरीरं च प्रसार्य, किंचित् उत्थाप्य शिरश्च, शिथिलीकरणाय प्रयत्नस्य प्रयतते। आश्चर्यकरमिदम्! प्रयत्नस्य शैथिल्याय प्रयतते! इति। यावत्पर्यन्तं प्रयतते, तावत्पर्यन्तम् उत्तानता भवति शरीरे

स्थितस्य अस्थिसंस्थानस्य पेशीसंस्थानस्य च, उत्तेजनानि प्रसरन्ति मस्तिष्के स्नायुमण्डले च। अतः उत्तेजनानाम् उत्तानतायाश्च शमनार्थम् अनेन विधिना अभ्यस्यते। किंचित् कालानन्तरम् अभ्यासेन प्रयत्नशैथिल्यं सर्वस्यापि मनोदेहस्य कर्त्तुं शक्यते। शिथिलीकरणाय प्रथमः प्रयत्नः अल्पप्रयत्नसाध्यः, अप्रयत्नसाध्यो वा जायते अभ्यासात्। नेत्रयोः निमीलनमपि शिथिलीकरणमुद्दिश्य एव विधीयते। विश्लेषकोऽपि पृष्ठतः उपविशति, न च सम्मुखीनो भवति, येन स तं निरीक्षितुं प्रभवति, न च स्वयम् अवलोक्यते तेन रोगिणा। अनेन उपायेन यदा सः अन्तर्मनसि प्रविश्य निषिद्धान् दमितान् अनुभवशेषान् अवगाहते, तदा शोकचिन्ताभयक्रोधादयो भावाः मुखस्योपरि प्रकटीभवन्ति। फ्रॉयडसिद्धान्ते भवति चेतनाचेतनयोः द्वारि स्थितः कोऽपि जागरूकः प्रतीहारः। सः (सेन्सर—इति नाम्ना ज्ञातः) द्वाःस्थः सन् पीडाप्रदान्, लज्जाकरान्, समाजेन गर्हितान् वा अनुभवशेषान् स्मृतिस्थानपि चेतने मनसि प्रवेशात् निषेधति। चेतनेन चिन्त्यमानाः एते मनसि व्रीडां पीडां च उत्पादयन्ति, येन अनुभूयते महती उत्तानता मनोदेहसंस्थाने। मनोदेहस्य अस्ति एकसीमा उत्तानतां सोढुं; यदा सा सीमा अतिक्राम्यते, तदा जायते मानसी वेदना। तां वेदनाम् अपाकर्त्तुं सः द्वाःस्थः मानसः कोऽपि प्रतीहारः दमयति तादृशान् अनुभवान्। किन्तु विश्लेषकः तानेव व्रीडा—पीडाप्रदान् स्मृतौ संचितान्, विस्मृतानपि अनुभवशेषान् चेतनम् आनेतुं यतते, यतो हि दमिताः अचेतनस्थिताः एते एव तत्त्वविशेषाः मनसि शरीरे च अस्वास्थ्यं जनयन्ति, पूरयन्ति च सर्वमपि जीवितसंस्थानम् उत्तेजनैः। अत एव तेषां शमनार्थम् अस्ति एक एव उपायः—यत् ते अचेतनस्य तमोभिः आवृतां स्थितिं परित्यज्य चेतने प्रविश्य विश्लेषणाय आयान्तु। किन्तु यदा एते अचेतनस्थिताः तत्त्वविशेषाः 'सेन्सर' इति नाम प्रतीहारम् अवमान्य चेतने प्रविशन्ति, वेदनाभारेण तदा चेतनं मनः भृशं दूयते, लज्जते च। विश्लेषकः रुग्णस्य मुखोपरि व्रीडापीडादीनां लक्षणानि अवलोक्य अनुमातुं शक्नोति यत् सफलीभूतो न वा अचेतनस्य भेदः। यदि प्रबलो भवति प्रतीहारः, तर्हि अचेतनस्य भेदनं, (प्रवेशश्च चेतने) न हि सफलीभूतम्। न च विश्लेषणमपि सफलीभविष्यति। अत एव विश्लेषकः सर्वैरपि उपायैः प्रतीहारस्य शिथिलीकरणाय प्रयतते। भयलज्जादीनां निवारणाय सः अलक्षितः सन्नपि तं वीक्षितुम् ईहते। तदनुरूपाम् एव व्यवस्थां सः स्व प्रकोष्ठे करोति।

अस्ति एकमत्र उदाहरणम्।

परिभाषितुम् अयोग्यां कामपि चिन्ताम् अनुभवति एकः मानसरोगग्रस्तः पुरुषः। चिन्तातुरः सः न निद्राति; न चास्य अशने रुचिरस्ति; पीड्यते च अविदितकारणैः भयैः। फ्रॉयडसिद्धान्तमनुसृत्य एतस्याः मनःस्थितेः हेतुरस्ति अचेतनस्थितः कोऽपि व्रीडा—पीडाप्रदोऽनुभवः, यस्य चेतनेन मनसा स्मरणमात्रेणापि सैव स्थितिः पुनरपि उत्पद्यते। अत एव दमितः स्मृतिशेषः शैशवे अनुभूतः, प्रतीहारेण च पुनः पुनरपि

चेतने प्रवेशात् निषिद्धः निरुद्धश्च सः तत्त्वविशेषः कथं चेतने प्रविशतु—इत्युपायः चिन्त-
नीयः। न अनेन विना विश्लेषणम् अस्य सम्भवति। बाल्ये यदा एषः पुरुषः स्वशिश्नेन
क्रीडन्नास्ते, अथवा मात्रा साकम् इच्छति वा सहवाससुखम्, अथवा, समाजे गर्हितम्
इच्छति किमपि आचरितुं, तदा पित्रा, येन केनापि पूज्यवृद्धेन वा, ताडितः सन् सः
बालः क्रुध्यति, बिभेति, लज्जामनुभवति, प्रहर्तुमिच्छति च प्रहर्त्तारम्। किन्तु अवशः,
विवेचयितुम् अक्षमः, न किंचित् करोति सः, विस्मर्त्तुमिच्छन्नेव दमयति इमम् अनुभवं
च। अनेन प्रकारेण उदेति भावनानाम् अचेतनमनोग्रन्थिः, यः विस्मृतोऽपि चिन्तां
जनयति। अस्य स्मरणं स्मारणं वा अपि पीडाप्रदम्। अत एव प्रतीहारः तं निषेधति
प्रवेष्टुं चेतने मनसि। विश्लेषकः इमां घटनां तं स्मारयितुम् इच्छन् प्रतीहारस्य
शिथिलीकरणाय चेष्टमानो भवति। चेतनायां प्रविष्टे सति अचेतनमनोग्रन्थेः उन्मोचनं
सम्भवति। सः चिन्तातुरो जनः स्मारितः सन् शैशवोचितं तं दमितम् अनुभवं प्रौढस्य
अनुचितं च इति विवेकेन निश्चित्य मनोग्रन्थिम् उन्मोचयति, चिन्तामुक्तश्च जायते।
चेतने मनसि एव मनोग्रन्थीनां विश्लेषणं क्रियते, न तु अचेतने।

फ्रायडवादे रोगातुरेण जनेन स्वकीये अचेतने मनसि प्रवेशः आवश्यकीयः।
प्रवेशहेतवे सर्वस्यापि मनोदेहतन्त्रस्य शिथिलीकरणम् "सेन्सर" इति प्रतीहारस्य मनसा
सृष्टस्य अपि शिथिलीकरणम् आवश्यकं, येन अचेतनस्थाः शैशवोचिताः स्मृतिशेषाः
वेदनाभारैः तत्र संचिताः प्रविशेयुः चेतनं मनः। शिथिलीकरणं सफलं भवेत्—इति अस्य
कृते विशिष्टो विधीयते तत्र प्रकोष्ठे प्रबन्धः चिकित्सकेन, आश्वास्यते च तेन सः निर्भयं
सः करोतु स्मरणम् अभिव्यक्तिं च तस्य यत्किमपि भवेत् अस्य मनसि स्थितं। व्रीडा-
पीडातिभारैः भरितान् अपि भावान् सः तत्सम्मुखं यथातथं प्रकाशयतु क्लिश्यन्नपि—
एवं क्रियते तत्र समायोजनम्।

अचेतनस्य का भाषा? इत्यस्ति प्रश्नः। चेतनस्य भाषां सर्वे जानन्ति, सामान्या
सा समेषां भवति। किन्तु अचेतनं मनः, यत्र तिष्ठति स्मृतीनां कोशजातं, याः स्मृतयः
व्रीडापीडाजनककारणात् अकथ्याः, अत एव निषिद्धाः निरुद्धाः निरुद्धाश्च चेतने प्रवेशाय,
न हि प्रयुज्जते सामान्यां भाषाम्। अत एव यदा स्मारितोऽपि रोगातुरो जनः यद् ब्रवीति
तस्य निर्वचनम् अपेक्षितं भवति। यथा हि—चेतनं मनः भाषते—"अहं कामये मात्रा,
भगिन्या सह वा रन्तुम्।" किन्तु समाजे गर्हितोऽयं विचारः, पापमना विद्धः, उच्चा-
रणेऽपि अविषह्यः, चेतनेन मनसा च अचिन्त्यः। किन्तु अयमस्ति बालसुलभः यः समाजं
न जानाति, पापं न मनुते वा। अत एव निषिद्धः निरुद्धश्च सन् अयम् अनुभवः अचेतने
मनसि निमज्जति, तत्र स्मृतिविशेषतां यातः तिष्ठति, उत्तेजयति च मनः, उत्तापयति च
अहंकारम्, उत्तानयति च सर्वमपि मनोदेहतन्त्रम्। कथमस्य भवेत् स्मरणं, स्मारणं वा,
अचेतनात् चेतने प्रवेशो वा। फ्रायडमते शयानस्य पुरुषस्य स्वप्नेषु, यदा 'सेन्सर'
अपि स्वपिति, सः निषिद्धोऽनुभवः नवीनं किमपि नेपथ्यं परिधाय चेतने प्रविशति।

नवीनम् इदं नेपथ्यं कीदृशम् ? "अहं सोपानम् आरोहामि। माता, भगिनी वा मत्पश्चात्, पूर्वतो वा धावति। अथवा, जले निमग्नोऽहं प्लवनं करोमि। तत्र सर्पेण, गजेन, दण्डेन केनाऽपि वा अहं कदर्थितः। आकाशे वा उड्डयनं करोमि। गर्त्ते वा पतामि; संकुचितासु दरीषु प्रविशामि वा।" एवं प्रकारकाः अनुभूयन्ते बहवः स्वप्नाः सामान्यैः जनैः। फ्रायडराद्धान्ते—आरोहणम् अवरोहणं च; निमज्जनम् उन्मज्जनं वा; प्लवनम् उड्डयनं वा; प्रवेशः पतनं वा इत्याकारकाः अनुभवाः कामक्रियाणामेव बोधकाः भवन्ति। एवं च गजः, सर्पः पर्वतः, बलीवर्दः—इत्यादयः पदार्थाः प्रतीकरूपेण शिश्नस्य वाचकाः। दरी, नदी, सोपानं वा—इत्यादयः सन्ति योन्यर्थकाः। एवं, यद् वयम् अनुभवामः स्वप्नेषु तद् अस्ति एकस्याः भाषायाः रूपं; यच्च वयम् जागर्तौ अनुभवामः तच्चास्ति अन्यद् रूपम्। स्वप्नस्य भाषा प्रतीकात्मिका—इत्यस्ति सारः। फ्रायडः स्वप्नविज्ञानस्य जनको बभूव।

फ्रायडमहोदयेन आविष्कृतः अपूर्वः प्रतीकवादः। यदा रोगातुरो जनः पल्यङ्के नेत्रे निमील्य, मनोदेहौ च शिथिलीकृत्य, 'सेन्सर' इत्यस्मिन् अपि शिथिलतां गते सति, किंचित् शेते इव, तदा स्वप्निलं भवति चेतनं मनः, स्वप्ने निमग्नं च पश्यति प्रतीकात्मकं जगत्—प्रतीकैः निर्मितमिति। रोगातुरः स्वयं प्रतीकात्मिकां भाषां मीमांसितुं, विवेचितुं वा न जानाति। अत एव चिकित्सकः मीमांसां विधाय स्मारयति तं शैशवे अनुभूतां घटनां, यां च सः संस्मृत्य संस्मृत्य पुनरपि अनुभवति तादृशीमेव उत्तेजनां, उत्तानतां च कामवेगस्य; किन्तु प्रौढे वयसि स्थितः अधुना सः तस्याः घटनायाः व्यर्थतामपि स्वीकरोति, एवं च विशिष्टो भवति मनोग्रन्थिः, मुक्तं भवति ग्रन्थि गुम्फितं मनः।

किन्तु नेदं सर्वं सुकरम्। मानसरोगेण त्रस्तो जनः न हि सहजभावेन सरलतया च स्वीकरोति चिकित्सककृतां मीमांसाम्। चिकित्सकस्तं वारं वारं प्रेरयति, शनैश्च प्रचोदयति "निवेदयतु भवान्, आश्वस्तः सन्, यच्चापि मनसि स्थितं, यच्चापि मुखे आपतति, तत्सर्वं प्रकटयतु; भवेत् अकथ्यम्, अशोभनीयम्, अश्लीलं, निन्द्यं, पापविद्धं वा, तत्सर्वमपि कथयतु।" इत्थं निवेद्यमानोऽपि, आश्वस्तोऽपि, प्रचोद्यमानोऽपि, उत्तेजकशब्दैः पुनः पुनः प्रेरितोऽपि, सः न कथयति, क्रन्दति, कम्पते च, क्रोधेन आरक्तनयनो जायते, भीतिभिः पीतवदनोऽपि भवति, प्रस्विद्यति, हृदये वेपते—एवं विविधैः विकारैः क्षणात् ग्रस्तः सन् स्तब्धस्तिष्ठति, न वाक् प्रसरति, शुष्कमुखेन उच्चारयितुम् अशक्तो भवति। अन्ततः, "न हि स्मरामि किंचित् यद् भवेत् कथनीयम्" इति उक्त्वा सः सत्रमेव समापयति, तूष्णीम् आस्ते च।

कस्मात् हेतोः स्तब्धा भवति स्मृतिः, यद्यपि तत्रैवास्ते मनोरोगस्य कारणम् ? फ्रॉयडमतेन अयम् अवरोधः अचेतनभयात् जन्यते। "अहो, अनेन मे गुह्यानाम् उद्घाटनं भविष्यति। पापाचारोऽहं, पापकर्माऽहम्—इति मत्वा विषीदति मे मनः।

अन्येऽपि एवं मां ज्ञात्वा घृणां करिष्यन्ति । लाघवं, हेयतां च गमिष्यामि ।" इति मत्वा तूष्णीं तिष्ठति सः ।

अयं स्मृतिस्तब्धकारकः अवरोधः—'रेज़िस्टेन्स सेन्सर' इत्यनेन दृढीकृतः उन्मुक्तम् अचेतनस्य उद्घाटनं निरुणद्धि । अचेतनस्य, "उन्मुक्तम्—उद्घाटनम्" = फ्री एसोसियेशन इति संज्ञया ज्ञातम् । फ्रॉयडमहोदयस्य मनश्चिकित्साविधेः इदम् "उन्मुक्तमुद्घाटनम्" नाम्नी प्रक्रिया आवश्यकीया भवति । यदि उन्मुक्तं न भवति अचेतनस्य उद्घाटनं, तर्हि मनोग्रन्थीनाम् उन्मोचनम् अपि न सम्भवति। अत्र जायते कापि "रेचनप्रक्रिया"—"केथार्सिस" यथा मनोमलानाम् अन्तश्चेतने निहितानां शोधनं भवति । यथा बद्धकोष्ठस्य 'रेचनेन' मलानि निष्कास्यन्ते, एवमेव निर्बाधम् अचेतनस्य उद्घाटनेन अपि मनोमलानि मनोग्रन्थिरूपाणि निःसार्यन्ते रेच्यन्ते वा । अत एव मनोविरेचनं यथा सफलं भवेत् तथा कार्यम् । अस्य कृते 'रेजिस्टेन्स'—स्मृतिस्तब्धकारकः अवरोधः यथा दुर्बलायते तथा क्रियते । उत्तेजनानाम् उत्ताननानां च निरसनाय विश्वासः उत्पाद्यते चिकित्सकेन । रोगातुरोऽपि जनः उपचारमिच्छन् संकल्पश्रद्धाबलेन चिकित्सकं विश्वसिति । अनेन उभयोः मध्ये अङ्कुरति कोऽपि विचित्रो भावसम्बन्धः—रोगातुरः न केवलं विश्वसिति, सः स्वं प्रीणाति, स्निह्यति च, एवं च तं पितृस्थानीयं मन्यते । "अयं चिकित्सकः मे पिता ।" स्नेहभावैः सम्वलिते अस्मिन् सम्बन्धे सः "स्थानान्तरयति" पितृभावान् तस्मिन् चिकित्सके । भावानाम् इदं स्थानान्तरण-(ट्रांसफरेन्स—इति संज्ञया ज्ञातम्) रोगस्य निराकरणाय अपेक्षितं, यतो हि अचेतनात् उत्थापितानां शैशवस्मृतीनां 'पिता' एव भवति आधारः । तं पितृस्थानीयं चिकित्सकं लक्ष्यीकृत्य इदानीं उद्गच्छन्ति भाववेगाः । यदि 'स्थानान्तरणं' न सफलं भवति तदा मनोवेगानाम् उद्गमनमपि न सम्भवति । अत एव एतादृशः चिकित्सकरोगिणोः रागात्मकः सम्बन्धः चिकित्साकाले संजायते ।

अयं रागात्मकः सम्बन्धः द्विविधः—पिता भवति स्नेहादीनां स्रोतः; स च क्रोधभयघृणादीनां भावानाम् अपि उत्पादकः । विरोधिनां भावानां परस्परं गुम्फितत्वेन प्रजायते मनोग्रन्थिः । अत एव एकः सम्बन्धः भवति स्निग्धः; अपरश्च क्रुद्धः । एकः 'पोज़ीटिव'—स्वीकारात्मकः; अन्यश्च निषेधात्मकः । उभयविधमपि भावानां स्थानान्तरणम् आवश्यकीयम् । स्निग्धे स्वीकारात्मके सति सम्बन्धे रोगातुरः चिकित्सकं पितरमिव मत्वा स्नेहं, सुरक्षां च अनुभवति, आश्वस्तो जायते च । क्रोधात्मके 'निगेटिव सम्बन्धे जाते सः क्रोधभयादीनां भावानां निरसनं रेचनं वा अनुभूय मनसः स्वास्थ्यं भुङ्क्ते । उभयविधेन भवति अस्य सुखानुभूतिः ।

भावानां स्थानान्तरणे सफलीभूते प्रौढः रोगातुरः वयःस्थोऽपि सन् चिकित्सकं प्रति बाल इव व्यवहरति तं पितरं मन्यमानः । कदा तु सः शिशुवत् जायते—तस्य समीपे क्रन्दति, हस्तौ चालयति,—इदमपि दृष्टं कैश्चित् मनोविश्लेषकैः यत् सः रोगी

प्रकोष्ठे शयानः मलमूत्रादीनां विसर्जनमपि करोति क्रुद्धः सन् कुत्सितवाक्यैः चिकित्सकं तर्जयति, ताडयितुं वा धावति। वयःस्थः यदा शिशुरिव आचरति—तदा "रिग्रेशन" 'ह्रसनं' वा क्रिया भवति। एतेषु अवसरेषु चिकित्सकेन स्वयमपि स्थिरचित्तेन, शान्त-मनसा च भाव्यं, यतः तस्मिन् उत्तेजिते सति तयोः मध्ये स्थापितः रागात्मकः सम्बन्धः विघ्नहतो भवति, त्रुट्यपि वा। नायमुपचारस्य विधिः सावधानतया वर्त्तितव्यं यदा रोगातुरः बालभावम् अनुभवन् उत्तेजितो भवति।

फ्रॉयडमहोदयः जनकः स्वप्नविज्ञानस्य। स्वप्ने यद् अनुभूयते मनुष्येण, अस्ति तस्य कोऽपि तर्कणीयः अभिप्रायः अर्थो वा? अस्ति अयं चिरकालात् प्राप्तः प्रश्नः भूतं भाव्यं वा संसूचयति स्वप्नानुभवः—इति मन्यन्ते जनाः। असंगतम् अनर्गलं वा इदं भवति यत् स्वप्नानुभूतम्—इत्यपि केषांचित् मतम्। अचेतनं मनः स्वप्नेषु प्रकटी-भवति, अचेतनस्य भाषा एव स्वप्नानुभवः; दमिताः, निषिद्धाश्च मनोभावाः प्रतीकद्वारेण चेतनं प्रविश्य पुनरपि तृप्तिम् अनुभवन्ति; अत एव तृप्यते अचेतनं मनः स्वप्नमार्गेण—इति विचारणा फ्रॉयडमहोदयेन प्रसारिता, स्वीकृता, तर्कैश्च प्रतिष्ठापिता। प्रतीकानाम् अध्ययनेन अचेतनस्य उद्घाटनं सम्भवति—इत्यस्ति उपयोगः विश्लेषणविधिषु स्वप्न-विज्ञानस्य। अत एव निद्रां प्राप्तस्य, अथवा अर्द्धनिद्रायां स्थितस्य रोगिणः वा, (यथा मनोविश्लेकस्य प्रकोष्ठे शयानस्य निमीलितनेत्रस्य रोगिणः), यत् स्वप्नो भवति, तेन क्रियते अचेतनस्य मनसः अवगाहनं विश्लेषकेण।

स्वप्नविज्ञानस्य अस्ति अन्योऽपि उपयोगः। फ्रॉयडमते कलासु (चित्रनृत्य-संगीतस्थापत्यादिषु) सृजनक्षणे अचेतनम् मन एव प्रतीकसाहाय्येन उन्मुक्तं सत् सृष्टिं रचयति। कलाकारः चेतनैः प्रयत्नैः सृष्टये अक्षमो भवति। भावाविष्टः सन् अचेतने मनसि सः निमज्जति, ततः प्रतीकान् गृहीत्वा उन्मज्जति; तालल्यादि—रूपविधानानि आत्मसात् कृत्वा काव्यं करोति, संगीतं रचयति च। काव्यादिषु अचेतनं मनः अभि-व्यक्तिं लब्ध्वा परमां मुदमाप्नोति। रसिकश्च तथैव भवति, यतो हि सोऽपि दमित-कामानां तृप्तिं लभते। स्वप्नो हि अचेतनस्य भाषा। सा भाषा प्रतीकात्मिका भवति। अचेतनं मनः प्रतीकान् सृजति। तैः प्रतीकैः कलामाध्यमेषु अभिव्यञ्जितैः काव्यसंगीता-दीनां सृष्टिः भवति। कला अपि अचेतनस्य प्रतीकात्मिका भाषा, यत्र स्वप्ना एव प्रत्यक्षीभवन्ति। तृप्तीनाम् अयम् अस्ति विकृतः प्रकारः,—उद्वेगानां भवति कलाभिः उत्तेजनं; न कामस्य जायते वास्तविकपूर्त्तिः कलानुभवेषु; अवास्तविकतृप्त्या कामस्य उत्पद्यते मनोग्रन्थिः। अत एव हेया कला—इत्यासीत् फ्रॉयडमहोदयस्य निर्णयः।

धर्मेऽपि एवं भवति। यथा कलानाम् अध्ययनं वैज्ञानिकविधिभिः प्रारब्धं फ्रॉयडमहोदयेन, यद् अध्ययनम् अद्यापि विवेचकैः क्रियते, एवमेव धर्मस्य, नृशास्त्रस्य, इतिहासस्यापि विज्ञानसम्मतम् अध्ययनं तेनैव प्रारब्धम्। धर्मोऽपि विश्लेषणसिद्धान्ते,

अचेतनजन्मा। अचेतने नास्ति सीमा, नास्ति कालः दिग्बोधो वा। न अचेतनं जीर्यते कालगत्या अत एव अचेतने लब्धरूपाः प्रतीका एव धर्मे प्रतिष्ठां लभन्ते। ईश्वरः अस्ति दिक्कालादिसीमारहितस्य तत्त्वस्य प्रतीकः। स एव शरणं कालजीर्णानां मनुष्याणाम्। स एव प्रार्थनीयः, गन्तव्यश्च। स एव "माता च पिता च लोकस्य। ध्यानैः प्रार्थनाभिश्च-तम् एव निमीलितनेत्राः गच्छन्ति, स्वान्तःस्थितं तम् अन्तरात्मानं पश्यन्ति धीराः। फ्रायडमहोदयेन धर्मस्य वा व्याख्या कृता, तया चकितो बभूव लोकः। धर्मोऽपि अचेतनस्य पूजा, न तु अस्य उपचारः। धार्मिको जनः अचेतनेन आवृतः सन् सत्यं न पश्यति। अत एव धर्मोऽपि हेयः, नायं स्वास्थ्यकरः मनसः—इत्यासीत् धर्मविषये फ्रायडमहोदयस्य मतम्।

अचेतनं हि मनः मूलमस्ति चेतनस्य मनसः। चेतने मनसि विवेक-विधानानि प्रचलन्ति। तत्र मनः प्रत्ययानां, विचाराणां, संकल्पनां च निर्माणं विदधाति, व्यवस्थापयितुम् इच्छति अखिलमपि व्यक्तं जीवनम्। तत्रैव सन्ति नियमाः, विधानानि च, मर्यादाः, मान्यताश्च, मूल्यानि वा। भाषा अपि तत्रैव आविष्क्रियते परस्परादानप्रदान-माध्यमस्वरूपा। मानव-सम्बन्धाः, समाजकृताश्च विधिनिषेधाः चेतने मनसि वर्त्तन्ते। चेतनं हि व्यक्तस्वरूपम् अचेतनस्य अचेतनं चास्ति अव्यक्तरूपं चेतनस्य। इत्यस्ति द्वयोः चेतनाचेतनयोः मिथः सम्बन्धः। अस्मिन् सम्बन्धे अचेतनस्य शक्तिः अपरिमिता, अपरिमेया च। अचेतनं शास्ति चेतनम्। तृप्तिरेव विधानम् अचेतनस्य, नान्यत्। अन्धा अस्य शक्तिः, न किमपि अन्यद् विधानं गणयति। अचेतनम् फ्रॉयडमते, अस्ति मत्तो द्विपः; चेतनं च शिशुः हस्तिपकः यः द्विपं चालयितुम् इच्छन्नपि न शक्नोति। सः किं करोतु? अन्धेन तमसावृते जगति क्रन्दतः शिशोरिव चेतनस्य गतिः। किं क्रन्दनेन दूरीभवति अन्धकारः? एतादृशी स्थितिरस्ति चेतनस्य।

मनोविश्लेषकः बहुभिः उपायैः रोगार्त्तस्य मनुष्यस्य चेतनाचेतनयोः स्थितिं सम्बन्धं च ज्ञातुं विचेष्टते। सः तस्य स्वप्नानि विश्लेषयति; पल्यङ्के अर्द्धशयितस्य यद् भवति उन्मुक्तम् उद्घाटनं तेन उन्मीलनं जायते अचेतनस्य। पुनः पुनरपि प्रेर्यमाणः, आश्वस्तश्च सः रोगार्त्तः यदस्ति मनसि स्थितं तत् सर्वमपि तस्मै निवेदयति। रागात्मके सम्बन्धे सम्यग्रूपेण स्थापिते सति चिकित्स्यपुरुषस्य स्मृतिः स्फटिकवज्जायते प्रोज्ज्वला, येन सः चिरविस्मृतं शैशवमपि स्मर्तुं समर्थो भवति। एकेन चिन्तकेन (ओटो रेन्क–इति नाम) इदं प्रतिपादितं, यत् प्रसूतिकाले सद्योजातस्य अर्भकस्य यद् घटते तत् सर्वमपि स्मर्तुं स्मारयितुं च शक्यते मनोविश्लेषणविधिभिः। जन्मनः प्रागपि गर्भस्थितः अर्भकः यद् यद् अपि अनुभवति तत्तत् संस्काररूपेण मनसोऽन्तराले तिष्ठति, न च म्रियते, अपितु आव्रियते विस्मृतिभिः। अचेतनस्य उन्मुक्तेन उद्घाटनेन भावानाम् आवरकविस्मृतीनां च जायते निरसनं, तेन विमलीभवति विवेकः, स्फटिकायते च

स्मृतिः। एवं चिरविस्मृताः अपि मानससंस्काराः स्मर्यन्ते। विश्लेषकः अचेतनस्थित-मनोग्रन्थीनां मर्माणि विज्ञाय, विशोध्य च चेतनं मनः इदानीं यतते तस्य विमोक्षाय। यतो हि ग्रन्थयः शैशवोचिताः सन्ति, न तु प्रौढोचिताः, अतः सम्यक् पर्यालोचनेन तेषां परिहारः सम्भवति। ग्रन्थीनां निराकरणे सति मनः स्वास्थ्यम् अनुभवति। अचेतनस्य अन्धा शक्तिः स्वसीमानं न लङ्घयति, न चापि दमितं भवति। अनेन 'इड' करोति स्वकार्यं, स्वास्थ्याय, सुखाय च मनसः प्रयतते। 'स्युपर एगो' अपि जानाति स्वकार्यं स्वसीमानं च। व्यर्थमेव न अनेन निषिध्यन्ते जीवनस्य प्रवृत्तयः। प्रवृत्तयोऽपि तृप्तिं लब्ध्वा शाम्यन्ति सुखं च वर्द्धयन्ति मनसः। मनः पुनरपि अविभक्तमिव आचरति। एतदेवास्ति मनःस्वास्थ्यं यद् मनोविश्लेषणविधिभिः ग्रन्थीनां निर्ग्रन्थनात् लब्धुं शक्यते।

न हि सर्वमपि सत्यं यद् फ्रॉयडमहोदयेन प्रतिपादितम्। तस्य विरोधोऽपि क्रियते पर्यालोचकैः। नास्ति अचेतनस्य सत्ता; न चापि फ्रॉयडप्रदत्तं सर्वं साक्ष्यम् असन्दिग्धं सर्वथा स्वीकार्यं वा; स्वीकार्यं नास्ति अचेतनमनसः विमोचनं ग्रन्थिभ्यः, यतो हि तेषां निर्माणं तु अवश्यम्भावि। बाल्ये यदा मनुष्यः भवति विवेकरहितः, न च जानाति हितम् अहितं वा। भावानाम् उद्ग्रथनम् अपि अनिवार्यमेव, यतः प्रेमक्रोध-भयादयः परस्परविरोधिनो भावाः अनिवार्यतः मनसि आविर्भवन्ति। अतः सर्वोऽपि लोकोऽयं स्नायविकैः रोगैः पीडितः; न हि कोऽपि स्वस्थः, सुखितो वा मनुष्यः। न कस्य आशा अपि कार्या सुखाय स्वास्थ्याय च। विक्षिप्तमिव इदं जगत् व्यवहरति कामस्य अहरहः प्रचोदनेन। कामकुण्ठाभिः चूर्णितः, काम-कशाभिश्च अनुक्षणं अभिघातितः सन् अयं वराको मानवः शमाय व्यर्थमेव विचेष्टते—यदि स्वीक्रियते फ्रॉयडीयं मतम्। धार्मिकः अपि पुरुषः आत्मानमेव प्रवञ्चयति। पुण्यचर्चा अपि आत्म-प्रवञ्चना एव। विज्ञानं पलायनं मन्यते इदं मतम्। कला अनर्थकरी। नीतिचर्चा अपि पलायनवादिता एव। एवंविधाः प्राप्यन्ते निष्कर्षाः फ्रॉयडसिद्धान्तेभ्यः।

किं सर्वथा परित्यक्तव्योऽयं मतवादः? नहि, इति मन्यन्ते समीक्षकाः ये सन्ति स्वतन्त्रबुद्धयः। किम् अत्रास्ति हेयम् उपादेयं वा? इति समीक्ष्यकारिणां प्रश्नः।

'अचेतनं मनः' अस्ति—इति स्वीकृतं बहुभिः चिन्तकैः, यद्यपि 'किं स्वरूपम् अचेतनं?' अत्र नास्ति मतैक्यम्।

'काम' एव एकः ऊर्जः, नास्ति अन्या कापि शक्तिः प्रेरणा वा—अत्रापि नास्ति विचारकाणाम् ऐकमत्यम्। तथापि कामः अस्ति ऊर्जस्वलः—इति सत्यं स्वीकृतमेव। तस्य विविधानि रूपाणि सन्ति। कामस्य तृप्तिः आवश्यकीया सुखाय स्वास्थ्याय च—अनेन सत्येन सह प्रारभते नवयुगः। फ्रायडवादे प्राचीना धर्मनियमनियन्त्रणप्रधाना संस्कृतिः एव निरोधकारित्वात् मनोरोगाणाम् अन्यासां च विकृतीनां जननी-इति मतम्।

संस्कृतिरेव विकृतिकारणम्—इत्यनेन जाता युगक्रान्तिः। नूतना संस्कृतिः या प्राकृतम् उन्मुक्तकामजीवनम् अनुमोदते, शिथिलयति च नीतिधर्मसमाजकृतानि बन्धनानि, सा एव फ्रायडवादे सम्मता। अत्रापि अस्ति प्रष्टव्यं--किं प्रकृतिः संस्कृत्या विरुध्यते ?

फ्रायडमहोदयेन मनःस्वास्थ्यं प्रति लोकस्य ध्यानम् आकृष्टम्। मनःस्वास्थ्य मस्ति स्रोतः शरीरस्वास्थ्यस्य अपि। अनेन मनश्चिकित्साविज्ञानस्य विकासो जातः। जागरूकः इदानीं जन-समाजः सुखं स्वास्थ्यं च प्रति। यद्यपि धर्मस्य शक्तिः क्षीणा संजाता; नीतिरपि नवीनां व्याख्यां लभते; अध्यात्मवादः भौतिकसुखवादेन अभिभूत इव दृश्यते।

नूतनयुगस्य फ्रायड आसीत् द्रष्टा स्रष्टा च।

ग : अन्ये उपचार-प्रकाराः

मनोविश्लेषणविधिः अद्यापि प्रचलति। किन्तु इयं मनश्चिकित्सा समयसाध्या, श्रमसाध्या, व्ययसाध्या च संवृत्ता। चिकित्सां चिरं लब्ध्वा अपि मनुष्यः मनोरोगेण पुनः गृह्यते। अत एव फ्रायडवादिभिः, नवफ्रायडवादिभिः, अन्यैश्च मनश्चिकित्सकैः अन्ये विकल्पाः प्रकल्पिताः इदानीं प्रचलन्ति।

सम्मोहन-विधिः (हिप्नोअनालसिस)

अचेतने मनसि तिष्ठति मनोग्रन्थिः येन हेतुना चेतनं मनः विक्रियां भजते। अकारणं बिभेति, विस्मरति वा समये स्मर्त्तव्यमपि विषयम्, अनुपयोगि अनुपयुक्तं, अनुचितं वा विचेष्टते अ-सामान्यमिव। तत्कथं भवेत् अचेतनस्य मनसः उद्वमनं, निरसनञ्च मनोग्रन्थेः इति प्रश्नः। शीघ्रमेव यथा भवेत् तथा नाना कौशलानि आविष्कृतानि आधुनिकैः विलम्बमसहमानैः। सम्मोहनविधिः अस्ति एकं कौशलम् येन अवरोधकानि कारणानि शिथिलीक्रियन्ते। अस्मिन् विधौ विश्लेषकः रोगाक्रान्तं जनं हस्तदत्तसंकेत-विशेषैः मूर्च्छां अर्द्धमूर्च्छास्थितिं वा प्रापयति। तदा सः मनसः गह्वरे निगूहितान् स्मृत्य-वशेषान् बहिर् उद्वमति सर्वं गोप्यं प्रकटयति च मनोविश्लेषकाय। तदा च शनैः शनैः सः यदासीत् गोप्यं अग्राह्यं च आर्त्तस्य जनस्य मनसो विभक्ततया तद् सर्वं ग्राहयति। अनेन विधिना चेतनाचेतनयोः विभक्तं मनः अविभक्तं, ग्रन्थिभिश्च अग्रथितं जायते। अविभक्तं मनः स्वस्थं भवति।

औषध-विधिः (नार्को अनालसिस)

द्विविधो हि औषधविधिः। एकस्मिन् विधौ केषाञ्चित् औषधानां प्रयोगेण अचेतनं मनः स्वयमेव वाणीमार्गेण मुखरितं जायते, बहिर् निष्कासयति च यदपि भवेत् अचेतने निगूढम्। अनेन रेचनेन स्वास्थ्यम् अनुभूयते रोगातुरेण मनसा, उन्मुच्यते च

मनोग्रन्थिभ्यः सहसैव। विश्लेषकोऽपि चेतनेन निषिद्धं, वर्जितं, मनसः आभ्यन्तरे अवरुद्धं च सम्यक् विज्ञाय अचेतनेन सह योजयित्वा ग्रन्थिमुक्तं विदधाति विलश्यमानं जनम्। यथा सर्वोऽपि जनः विस्मर्तुम् इच्छति कुण्ठाम्। किन्तु विस्मृता अपि कुण्ठा मनसि निगूढा जनयति स्नायुषु उत्तानतां, येन जायते व्यवहारे विकारः कोऽत्र उपायः ? नास्ति कोऽपि मनुष्यः यः हृदयतः कुण्ठाकीलं सर्वथा उत्पाटयितुं समर्थो भवेत्। विस्मरणं तु न सम्भवति, अनुपायः एव तत् च। विस्मरणप्रयासेन अस्वीकृता अपि कुण्ठा स्वीकार्या एव जीवनविधौ धैर्यसम्वलितेन चेतनेन मनसा। विस्मृतानां स्मरण-प्रक्रियासु औषधं साधनभूतं भवति अस्मिन् औषधविधौ।

अस्ति अन्यदपि प्रकारवैविध्यम्, आविष्कृतं भिषग्भिः, अभ्यस्तं च अद्यतनेषु चिकित्सालयेषु। रोगातुराणां शिरोभागे क्रमशः मन्दाः विद्युत्प्रघाताः दीयन्ते। एभिः प्रघातैः मृतिम् अप्राप्य एव रुग्णो जनः घोरां मूर्च्छाम् अनुभवति, जन्मान्तरमिव च लब्ध्वा **अन्य इव** संवर्त्तते। 'इलेक्ट्रोथिरेपी' = विद्युच्चिकित्साप्रकारोऽयम् अद्यतनीनः विधिः।

अस्ति च 'इन्स्यूलीन थिरेपी' प्रयुज्यते च चिकित्सकैः। 'इन्स्यूलीन' इति नामौषधेन सहसैव आप्नोति आतुरो जनः प्रगाढां निद्रां, विस्मरति च सर्वां अहंकृतां मानसीं व्यवस्थाम्। निद्रायाः अनन्तरं तु यदा सः पुनः चैतन्यं लभते, अन्य इव भवति मनोग्रन्थिमुक्तः।

मस्तिष्कविज्ञानवेत्तृभिः अन्यानि अपि औषधानि आविष्कृतानि सन्ति। एतेषां मते तु मस्तिष्कतन्तुषु, कोशिकासु च तिष्ठति मनोविकारकारणम्। अनेकैः रासायनिक-तत्त्वैः विरचितम् इदं मस्तिष्कतन्त्रं नियमयति मनसः व्यापारान्, प्रचोदयति च विचारप्रचारान्, नियन्त्रयति च भाववेगान्। तत्र किंचिन्मात्रमपि विपर्यासे जाते विविधाः विकाराः प्रजायन्ते। यथा–केषुचित् विकारेषु अस्थिरं, व्यग्रं, विकलं च इतस्ततो धावति मनः। अन्येषु मनः सर्वत्र सर्वदा च उदासीनवत् तिष्ठति, बिभेति वा कारणं विना, अहर्निशं न निद्राति, अनिद्रया च प्रव्यथितं मनः व्यर्थमेव खिद्यति, क्रुध्यति अकारण-कुण्ठाभिर्वा त्रस्तं ग्रस्तं च जायते। चिन्ताशतैः जर्जरितं शरीरं उत्तानतां अनुभूय अनेकैः शरीरविकारैः मनसा सह रुजं भजते। एतादृशेषु विकारेषु भिषग्जनाः औषधसेवनेन मनोरोगं उपचरन्ति। एतस्य विधेः 'साइकियेटरी' नाम। केषुचित् विकारेषु शल्य-चिकित्सा अपि आचर्यते। 'सेरेब्रो सर्जरी' नामायं चिकित्साविधिः पाश्चात्यदेशेषु आश्रितः।

औषधस्य, शल्यक्रियायाः वा प्रयोगेण रोगातुरः स्नायविको जनः अवरोधकं (सेन्सर) विजित्य यद् अन्तर्मनसि स्थितं तत् सर्वमपि यथातथम् उद्वमति। अनेन

भाववेगानां रेचनं जायते, शाम्यन्ति च उत्तेजनानि, प्रकटीभवन्ति च दमिताः मनोग्रन्थयः। मनोविद्भिः स्वीकृतः अस्ति एकः विचित्रो विधिः साइकोड्रामा नाम।

साइकोड्रामा = मनोऽभिनयः

मनोऽभिनये विधौ स्नायविकरोगिणां समुदायः रङ्गमञ्चे उपविश्य नाट्यं करोति। अनुकरणात्मकं तावत् भवति नाट्यम्। मनश्चिकित्सको भवति तत्र नाट्यनेता। सः सर्वैः त्वराग्रस्तैः रोगिभिः साकं मिलित्वा नाट्यस्थितिम् उपस्थापयति। ते प्रत्येकं स्वीयां रुचिं, अवरुद्धां च भावनाम् अनुसृत्य अभिनयं कुर्वन्ति। यथा, एकः स्वकं पितरं नाटयतिः पितृवत् व्यवहरति। अन्यश्च पुत्रं नाटयति। पितापुत्रयोः सम्बन्धः भावात्मको भवति। अत एव अस्मिन् अनुकरणात्मके नाट्ये द्वयम् अपि अन्तर्मनसि अवस्थितान् कामक्रोधभयादिभावानां ग्रन्थीन् उद्घाटयति, संवेगान् च वाचा उद्गीर्य शान्तिम् अनुभवति। चिकित्सकः स्वशिक्षया कौशलबलेन च तान् आर्त्तान् प्रेरयति अभिनये। तेषु केचित् रुदन्ति, अन्ये क्रुध्यन्ति, अन्ये च अपूर्वां प्रीतिम् अनुभवन्ति तत्र नाट्ये; गायन्ति, हसन्ति वा; एवं विविधैः प्रकारैः ते मनोभावान् नाटयन्ति रंगमञ्चे चिकित्सकेन प्रचोदिताः। यदासीत् अचेतने अवरुद्धं ग्रन्थिरूपेण स्थितं, तत्सर्वं वाणीमार्गेण अश्रुप्रणालिकया वा बहिरागच्छति व्याहारे च। आर्त्तो जनः रुदित्वा प्रवाहयति इव मनसः कातर्यं वैक्लव्यं च। अनेन जायते चित्तप्रसादनम्––यतो हि आवरणभङ्गेन इव चेतना प्रसीदति, प्रसन्ने च चेतसि आत्म-बोधः आविर्भवति। आत्म-चेतनायाश्च जागरणेन आत्मवश्यता उत्पद्यते। ततः प्रवर्द्धते च आत्मवत्त्वम्। आत्मवत्त्वम् एव सुखम्। न हि सुखितस्य जनस्य भवति शरीरं मानसं वा अस्वास्थ्यम्।

इदम् अत्र स्मरणीयम्—आसीत् पुरा का अपि विचारणा यत् स्वास्थ्यं सुखकरम्, अस्वास्थ्यं च दुःखकारणम्। आधुनिकैः पुनः इदं विचार्यते—सुखं स्वास्थ्यस्य कारणम्। दुःखं परितापो वा भवति अस्वास्थ्यस्य कारणम्, शारीरं मानसञ्चापि। प्रसन्नचेतसो जनस्य सर्वमपि प्रसीदति-इति।

अस्ति इयमपि आधुनिकानां विचारणा—आत्मविस्मृतिः अस्वास्थ्यं करोति मनसः। अत एव आत्म-बोधः आवश्यकः। स च मनोभिनयादिप्रकारैः स्मृतेः अवमोचनविधाभिश्च लब्धुं शक्यते। आत्म-बोधेन आत्मवश्यता जायते। सर्वोऽपि जनः आत्मवशः सुखमनुभवति-इति।

मनोभिनये ये अन्ये प्रेक्षकाः तत्र सन्ति तेषामपि मनसः रेचनं प्रेक्षणमात्रेण जायते। अत एव प्रेक्षकाः अपि लाभान्विताः भवन्ति।

अन्ये रेचन-विधयः

मनसः उपचारार्थं स्मृतेः विमोचनं अपेक्षितम् । सा स्मृतिः जटिलैः उद्ग्रथितैश्च नानाभावभारैः आक्रान्ता सती अचेतने निगूढा तिष्ठति । केचित् जनाः एकान्ते उपविश्य लिखित्वा नाटयित्वा वा मनसो विरेचनं कुर्वन्ति । एकदा एकः आतुरः पुरुषः त्रिवेण्यां आत्मवधाय निमज्जनं मनसि कृत्वा मत्समीपं प्रयागे उपागतः । कुण्ठाशतैः पीड्यमानः सः नान्यत् कर्त्तुं मन्यते । न वक्तुमपि प्रसरति सम्यग्रूपेण अस्य जिह्वा । बाल इव क्रन्दन् तिष्ठति ममाग्रे । मया सः निवेदितः "यदि वक्तुम् असमर्थो भवान् तदा निर्मक्षिके स्थाने उपविश्य यच्चापि मनसि निगूढं वर्त्तते, तत्सर्वमपि लिखतु—भवेत् तत् अशोभनीयम् अवाच्यं वा, निन्द्यं पापविद्धं वा, पीडाप्रदं कुण्ठाकारकं वा । येन केनापि प्रकारेण यद् मनसि निगूह्यते गोप्यं अगोप्यं वा, तत्सर्वमपि लिखतु भवान् । क्रन्दन्, वेपमानश्च सः लिखति स्म । अनेन 'स्मृतिविमोचनविधि'ना आत्मविनाशाय कृतनिश्चयः सः पुनरपि आत्मवश्यतां लेभे ।

केचित् आतुराः जनाः चित्रयन्ति रंगैः रेखाभिश्च मनसि स्थितं भावजालम् । अन्ये च नाटयन्ति, अन्ये च पुनः कवयन्ति, गायन्ति वा मानसीं वेदनां सस्वरगीतिभिः । मनश्चिकित्सकः तान् रोगार्त्तान् पुनः आत्मस्थान् विदधाति । 'आत्मस्थो हि भवति स्वस्थः मानवः । चिकित्सकेन विना अपि मनोरेचनं कर्त्तुं शक्यते; यथा मनोरोगी जीवनस्य अतीतां कथां व्यथां च स्वयमेव संस्मृत्य संस्मृत्य कदाचित् हसति, रोदिति वा, क्रुध्यति भीत्या वा वेपते ।

विवेकविधिः = लोगोथिरेपी

केचित् विद्वांसः मनोरोगं स्थितिविशेषजन्यं मन्यन्ते । सः स्थितिविशेषस्तु अविचारेण जटिलायते । किं कर्त्तव्यविमूढः सन् रोगार्त्तः भ्राम्यतीव जाले पतित इव, न च निश्चेतुं शक्नोति । विवेकेनैव अस्मात् जालात् मनसो मुक्तिः सम्भवति । अत्र उदाहरणानि :—

एको बालकः विद्यालये क्षुद्रवस्तूनि मुष्णाति, गृहे च आनीय तानि हस्तमुद्गर-प्रहारैः विनाशयति । नास्य अध्ययने रुचिः, समवयस्कैः बालकैः सह सर्वदैव कलहायते—इति । एषा अस्ति मानसी विकृतिः बालकस्य । तदा मनश्चिकित्सकः तस्य गृहे स्थितीनाम् अध्ययनं करोति । गृहे तत्र सह वसति जरठा पितुः श्वश्रूः, मातुर्माता । सा स्वभावेन अतीव कर्कशा; सर्वान् च सा क्रुध्यति, वर्जनां करोति, विविधैः प्रकारैः व्यथयति च । अनेन जायते कुलकलहः । परिवेशोऽपि गृहस्य प्रदूष्यते । अजानन्नपि सः बालः क्लिश्यति, क्लेशयति च अन्यान् अनुचितेन आचरणेन विद्यालये । परिस्थिति-परिवेशजन्यमिदं सर्वम् । उपचारार्थं सा कलहायमाना जरठा दूरीक्रियते । सर्वमपि पुनः समीचीनं सम्पद्यते ।

आसीत् एका युवतिः या शिरसि, उदरे च वेदनाम् अनुभवति। वैद्योऽपि अस्याः वेदनायाः निदानम् उपचारं वा कर्त्तुम् अक्षमः अभवत्। तदा सा मनश्चिकित्सकाय स्ववेदनां निवेदयति। गृहे पतिपत्न्योः नास्ति प्रेमसम्बन्धः। द्वयमपि परस्परं शङ्कते, कलहायते च, अन्तर्मनसि द्विष्यत्यपि च, तथापि लोकानुवर्त्तनेच्छया, सम्मान-सुरक्षार्थं च द्वयमपि नेच्छति विवाहविच्छेदम्। अन्तर्मनसि विलश्यदपि इदं द्वयोः युगलम् औपचारिकत्वेन प्रच्छादयति यदस्ति मनसि स्थितं, स्नेहविहीनमपि स्निह्यति। अनेन मिथ्याचारेण सा युवतिः शिरोवेदनया उदरवेदनया च पीडिता जायते।

कोऽस्ति उपचारः ?

प्रथमतस्तु मनश्चिकित्सकः द्वयोर्मध्ये यद् विद्यते भावनात्मकं पार्थक्यं तस्य सम्यक् समाधानाय प्रयतते। विकले जाते तयोः विवाहविच्छेदस्वरूपं पार्थक्यमेव विधीयते। अनेन विवेकद्वारा अन्तःसंघर्षनिराकरणेन भवति वेदनायाः उपचारः।

आई. ए. एस. इति परीक्षायां विफलः सन् कोऽपि जनः मन्यते—दुरभिसन्धिः अस्ति लोकस्य मद्विरुद्धः येनाहं विफलीकृतः; अथवा, परीक्षका एव अयोग्याः असद्ग्राहिणो वा सन्ति; अथवा, इदम् 'आई. ए. एस.' पदं हेयं, न मद्योग्यं (नाहमस्मि अयोग्यः); अहमिच्छामि साहित्यं सेवितुं, वाग्देवीं च। मयि विद्यन्ते सर्वेऽपि वाग्देवतावतारस्य गुणाः। सरस्वतीं सेवमानः अहम् अमरत्वं प्राप्स्यामि, इति। एवं प्रपञ्चशतैः आत्मानं वञ्चयति।

एभिः प्रपञ्चैः आत्मवञ्चनैश्च उद्भवन्ति बहवो मनोरोगाः। कोऽत्र हेतुः ? अविवेकः, प्रच्छन्नस्वार्थो वा। अविवेकस्य कोऽस्ति उपचारः विवेकम् अतिरिच्य ? ज्ञानमेव अज्ञानतमो हन्ति। अत एव मनसः स्वास्थ्याय विवेक एव भवति चिकित्सा-विधिः। सः विवेकः अज्ञानोपहतो भवति, अन्धीकृतो वा स्वार्थेन। चिकित्सकः (गुरुः अपि, सन्मित्रं वा) विवेकेन योजयति आर्त्तं जनम्।

एवमेव घृणाभयक्रोधादयः सन्ति निषेधात्मकाः भावाः। एतेभ्यः प्रादुर्भवति निषेधात्मिका मानसी वृत्तिः (**निगेटीविज्म**)। बहूनाम् आधीनां (आधिः स्यान्मानसी व्यथा) मूले इयमेव वृत्तिः तिष्ठति। तेषाम् उपचारः, एतस्याः वृत्तेः शमनं निराकरणञ्च स्वीकृत्यात्मकैः (पौजीटिव) स्नेहकरुणादिभावैः विधीयते—इति आधुनिकानां मतम्।

यूंग-मनश्चिकित्सा-विधिः

यूंगनामकस्य मनश्चिकित्सकस्य मते चेतनाचेतनयोः उभयोरपि संयोगेन व्यक्तित्वं पूर्णतां याति। अपूर्णत्वे रोग उदेति। तयोः पार्थक्यम् अपूर्णतां विदधाति, संघर्षं जनयति, मानसं विप्लवं वितनोति च। पूर्णत्वमेव भवति उपचारः। यदा चेतनं मनः

समष्टिस्वरूपं अचेतनं (यथा भणितमेव पूर्वम् अस्माभिः) स्वीकरोति, न च विरोधयति, तदा पूर्णत्वं लभते । उपासना-ध्यान-योग-प्रार्थना-कलादयः सन्ति उपायाः यैः समष्टया सह संयुज्यते मनः । फ्रायडमतस्य विरोधे अत्र यूंगराद्धान्ते नैते विधयः मनोहानिं जनयन्ति । अत एव धर्मादिभिः उपायैः, योगसाधनैश्च, अन्यैश्च युंगमहोदयेन अन्विष्टैः उपचारविधिभिः व्यष्टिरूपं चेतनं मनः समष्टया सह संगच्छते, ऋद्धिं प्राप्नोति, ऊर्जः संलितं च सम्पद्यते । इदमेव स्वास्थ्यं मनसः, यत् सामर्थ्यं, यच्च पूर्णत्वं, या चास्ति उर्जस्विता, या च भवति मानसी सम्पन्नता ।

मनःसंश्लेषणवाद-विधिः (साइको सिन्थीसिस)

मनोविश्लेषणवादः विरुद्धयते मनःसंश्लेषणवादेन—साइकोसिन्थीसिस-इति नाम्ना ज्ञातेन ।

'रोबर्तोअसज्योली' इत्यासीत् इटलीदेशवास्तव्यः अस्य विधेः सिद्धान्तस्य च जनकः । अस्य मते अस्ति अचेतनं, किन्तु इदम् अचेतनं संस्काराणां संहतिः एव, यद् भूतं तस्य संघातमात्रमेव, अतीतस्य एव प्रतीकः न तु अनागतस्य । किन्तु नास्ति 'भूतं' पूर्णं सर्वं वा । अस्ति भाव्यमपि । अस्ति अनागतमपि । विकासस्य अनागता स्थितिः । अतएव विकस्वरेण चेतनेन अनागतस्यापि स्वीकरणम् अवश्यम् । फ्रायडवादे तु अचेतनम् अस्ति सर्वस्वम् । तच्च अचेतनं बृहदस्ति स्मृतिकोशः, संस्काराणाम् अवशेषश्च । सः संस्कारावशेषः मनोविकासम् अवरुणद्धि, नैराश्यमेव जनयति च । एतादृशः विकासा-वरोधः एव अस्ति मनोरोगः असज्योलीमते । आशावादिता एव अस्ति मानसः उपचारः । आशा एव अनागतं स्पृशति ।

अस्ति संस्काराणां बलम्—संस्कारैः बद्धयते मनः, बाध्यते विरुद्धयते च मनोविकासः । किन्तु अचेतनसंस्कारैः बद्धं मनः न उन्मुच्यते अचेतनस्य चिन्तनैः, अतीतस्य स्मरणैर्वा । बद्धस्य मुक्तिः चेतनस्य प्रयत्नैः एव सम्भवति, यद् भाव्यं, अनागतं च, तस्य आशा एव सम्बलयति चेतनं मनः । ये च सन्ति स्वीकृत्यात्मकाः स्नेहकरुणादिभावाः, ते अपि दृढयन्ति ऊर्जस्वितं कुर्वन्ति च मनोबलम् । यदि अचेतनस्य एवं चिन्तनं क्रियते, स्मृतिस्थानां मनोग्रन्थीनाम् उद्वमनम् एव अभ्यस्यते रोगिणा, तदा सः स्वकीये उद्वमने एव निमज्जितं भवेत्, इति आशङ्क्यते । सः अतीते एव तिष्ठेत् संस्कारबद्धः सन् यदि सः पुनः पुनरपि चिकित्सकेन स्मार्यते । अतएव अतीतस्य स्मरणम्, अचेतनस्य उद्गारे वा मनसः स्थितिः—इत्येते उपचाराः मनः-संश्लेषणविधिषु असम्मताः सन्ति ।

किं पापपङ्किलं सर्वथा अचेतनं मनः, दुःखाविलं वा सदैव तिष्ठति ? नास्ति तत्र पुण्यं वा सुखं वा किमपि ? किं कामः एव एकः अस्ति ऊर्जः, नान्यः ? किं कामस्य

तृप्तये एव सर्वाऽपि मानव-प्रवृत्तिः, न तु विकासाय, पूर्णत्वप्राप्तये वा? पुण्यलाभाय वा? एते प्रश्नाः आधुनिकेन पृष्टाः। मनुष्यस्य अशेषा प्रकृतिः पापपुण्यैः निबद्धा। तत्र पुण्यप्रवृत्तीनामपि अकारणदमनात् प्रजायन्ते केचित् मनोरोगाः। अथवा, यदि विकास एव अवरुध्यते कामातिशयेन, बलवत् पापप्रवृत्तिभिर्वा, स्नेह-करुणादिभावाः वा निषिध्यन्ते (ये सन्ति मानवोचिताः भावाः), तदा अपि जायते स्वास्थ्यहानिः। कामतृप्तिमात्रेण न हि सम्पूर्यते मानव-तृप्तिः। अपि च भोग-वृत्तीनाम् अतिरेकात् मनुष्यस्य मनः विभक्तमिव भवति—यथा हि, भोगबाहुल्ये अत्याधुनिके युगे कामस्य अतितर्पणेन अपि असुखम्, अस्वास्थ्यं च मनसा सर्वत्र व्याप्यते। अत एव कामस्य अतितर्पणमपि मनसः विभक्तिकारकम्।

उपरि प्रतिपादितं मतं लक्ष्यीकृत्य नैकविधानि मानसोपचारकौशलानि आविष्कृतानि मनःसंश्लेषवादिभिः। तेषां समेषां व्याख्यानम् अत्र न सम्भवति विस्तारभिया। संक्षेपतस्तु इदं निम्नवत्—

मनसा आशान्वितेन भवितव्यम्। आशा उद्धरति मानवं क्लेशात्, नैराश्यात्, भयात्, कोपाच्च। मनश्चिकित्सकः रोगातुरे मनसि तस्य एव साहाय्येन अन्विष्यति तां दिशं यस्याम् आशा फलीभूता भवेत्। आशायाः सञ्चारेण सम्बलितं जायते मनः। मनसः दौर्बल्यनिरसनाय अवश्यकर्त्तव्यायां तत्र उद्भावयति चेतनां मनश्चिकित्सकः। मानव-जीवने तत्र भवन्ति बहवः स्नेह-सम्बन्धाः। एवं च प्रीत्या, करुणया वा भवन्ति प्रेरितानि कर्माणि। स्निग्धान् प्रति स्निह्यति मनः; बन्धून् प्रति सार्द्रं भवति चित्तम्। आशा-करुणा-प्रीत्यादिभावैः प्रेरितः रुग्णो जनः कमपि साधयितुं योग्यं कार्यक्रमं विचारयति। चिकित्सकः तत्र चिन्तने साहाय्यं विदधाति। एवं सः कार्यार्थी सम्पद्यते—कामयते कर्मणा जीवनं सफलयितुम्। तस्य जीवने तदा उदेति व्यवस्था या पुरा मनोरोगेण क्षीणा अभूत्। व्यवस्थायाः सञ्चारेण उपयोगि उपयुक्तं च कर्म प्रारभते जनः। अनेन विधिना विभक्तमनाः मानवः अविभक्त इव आचरितुं क्षमो भवति। **विकलः सः रोगातुरः सकलः सम्पद्यते।** वैकल्यम् एव मनोरुक्। साकल्यञ्च मनसः स्वास्थ्यं, सुखं, साफल्यञ्च।

अस्ति अन्यदपि चिकित्सा-कौशलम्।

नास्ति स्नायुरोगातुरस्य स्वातन्त्र्यानुभूतिः। सः विवशो विचेष्टते। कस्तं बध्नाति? नास्ति अन्यः कोऽपि बन्धनस्य कर्त्ता आत्मानमतिरिच्य। मनःकृतानि भवन्ति बन्धनानि। अत एव आत्मनिरीक्षणाय चिकित्सकः तम् एकान्ते स्थाने उपवेशयति। तत्र उपविश्य सः रुग्णः चिकित्सकदत्तानि संकेतानि गृहीत्वा **मनसा** (ध्यानेन) समुद्रे प्रविशति, नभसि वा उड्डीयते, पर्वतशिखरेषु वा आरोहति, मृत्युं वा कामपि अन्यां घोरां वेदनां वा मनसैव अनुभवति। यस्माद् बिभेति तदेव ध्याने चिन्तयति। प्रथमतस्तु

तस्य भवति भयादीनां संचारः। यथा, कोऽपि आर्त्तो जनः राजमार्गेषु न गच्छति, द्रुतगतिवाहनेन स्फुटितं भवेद् अस्य शिरः, त्रुटितं वा भवेद् अस्य शरीरम् इति भिया। किन्तु चिकित्सकेन मुहुर्मुहुरपि प्रचोदितः, संकेतितः आश्वासितश्च सन् सः मनसा सर्वत्र गच्छति, सर्वं ध्यायति, सर्वत्र मनसैव अवगाहनं करोति च। भयम् अनुभूय भयात् सः विमुच्यते। एवं, क्रोधम् अनुभूय, तस्य व्यर्थतां च ज्ञात्वा बन्धनात् प्रमुच्यते। नैर्मल्यं भजते मनः, तथा च आतुरो मानवः मनःकृतेभ्यः बन्धनेभ्यः मुहूर्त्तात् मुक्तिम् अनुभवति। स्वातंत्र्यसुखानुभूत्या मनसः स्वास्थ्यं संवर्द्धते।

मनःसंश्लेषसिद्धान्तमनुसृत्य स्वास्थ्यप्रदायि-भावानां प्रोत्साहनं, निषेधक-भावानाञ्च निरोधो विधीयते। प्रीतिभावस्य संवर्द्धनाय प्रयत्नवान् भवतु रोगातुरः। बहुभिः मनश्चिकित्सकैः इदानीं प्रतिपादितं यत् स्नायुरोगविद्धानां जनानां प्रीतिः क्षीणा भवति। ते प्रेमविरहिताः सौहार्दं न जानन्ति; निष्करुणाः ते मार्दवं माधुर्यं च हृदयस्य अननुभूय सर्वत्र जीवने दारुणमेव पश्यन्ति, जाड्यं च अनुभवन्ति। अकारणभिया ते वेपन्ते। तेषां नास्ति किमपि मित्रम्। जगदिदं शत्रुवद् जायते सर्वम्। अत एव मनश्चिकित्सकः प्रीतेः उद्भावनं करोति रोगिणो मानसे। प्रीतः सन् सः अन्यानपि प्रीणयति; स्निग्धभावान् अनुभूय स्निह्यति च। एवमस्य भवति अभयम्। सर्वत्र स्नेहं सुरक्षां च लब्ध्वा सुखितो भवति, अन्यानपि सुखयति। सुखितः पुरुषः स्वस्थ एव मनसा शरीरेण च।

धर्मसापेक्ष्य-चिकित्सा-विधिः (Pastoral Psychothesapy)

इदानीन्तनाः धर्मवृद्धाः (विशेषतस्तु ईसाईधर्मावलम्बिन; किन्तु केचित् आधुनिकाः हिन्दूधर्माश्रिता अपि योगिनः साधवश्चापि) धर्मचेतनायाः उद्भावनेन श्रद्धाविश्वासादीनां दृढीकरणेन च मनोरोगान् निराकुर्वन्ति। धैर्यम् अस्ति धर्मस्य लक्षणम्। धैर्यस्याभावः एव सर्वत्र मनोविकारेषु परिलक्ष्यते। आधुनिकानि कौशलानि स्वीकृत्य एते धर्मचिकित्सकाः व्यर्थभयानि निवारयन्ति मनसः; स्थैर्यम् आपादयन्ति चित्तस्य, दुखैः विचलितां बुद्धिं पुनः अवस्थाप्य सुविचारक्षमां कुर्वन्ति; तमोभिः रजोभिश्च मलिनीकृतम् अहङ्कारञ्च पुनः सत्त्वे स्थापयन्ति एभिः उपायैः जायते मनसः स्वास्थ्यम्।

नवीनोऽयं प्रयोगो दृश्यते धर्मस्य क्षेत्रे। अस्ति धर्मे तत् सर्वं येन भवति मनसः स्थैर्यं धैर्यञ्च। स्थैर्ये सति नास्ति मनोविकारः। किन्तु उपदेशमात्रेण न तत् सिद्ध्यति। अतः नूतनानां कौशलानाम् आविष्कारः अपेक्षितः।

घ : व्यवहारवादिनां मनश्चिकित्सा-विधिः

मनश्चिकित्सायाः अद्यतनं रूपमस्ति व्यवहारवादः। अयम् अस्ति अस्य सिद्धान्तस्य सारः—स्वस्थं भवेत्, अस्वस्थं वा भवेत् मनः तत्सर्वमपि शिक्षायाः फलम्।

यत् शिक्षितं भवति, तस्य अशिक्षणमपि सम्भवति--यथा सर्वाणि भयानि मनुष्येण शैशवादारभ्य शिक्षितानि। तत्र अस्ति स्वस्थं भयं, यतो हि भयेन प्रस्तुतो भवति मनुष्यः संकटस्य पारं गन्तुं, प्रयतते च अनातुरः। संकटतः भीतः सन् सः प्रयत्नवान् तिष्ठति, समयोचितं व्यवहरति च। किन्तु यदि भयेन त्रस्तः सः अभये अपि भयं पश्यति, पश्यन् च पलायते, प्रकम्पते च अकारणम् एव, शिथिलप्रयत्नो भूत्वा विषीदति एव केवलं, तर्हि नास्तीदं भयं स्वस्थं, जीवनोपयोगि वा। किन्तु अस्वस्थं भयमपि शिक्षितमेव भवेत्। अ-शिक्षणमेव अस्य उपचारः—अयमस्ति सारांशः व्यवहारवादस्य। येनैव विधिना शिक्षा जायते, तेनैव सम्पन्द्यते अ-शिक्षणम् अपि।

संक्षेपतः अयमस्ति शिक्षणविधिः।

मार्जारात् बिभेति बालकः। न तत्रास्ति मार्जारे भयकारणम्। कथं सः बालः अभये भयं दृष्ट्वा वेपते—इति तु पूर्वमेव निगदितम् अस्माभिः अस्मिन् निबन्धे। घोरः शब्दः भवति सहजं भयकारणम्। यत् सहजं तन्नास्ति शिक्षणस्य फलम्। किन्तु यदा अपि सः बालः मार्जारं स्प्रष्टुं हस्तौ प्रसारयति, द्रष्टुं वा यतते, तस्मिन्नेव क्षणे घोरं शब्दायते कोऽपि जनः, मार्जारो वा। तदा द्विवारं, त्रिवारं, चतुर्वारं वा अभ्यासेन शब्दं विना अपि मार्जारात् भीतत्वं शिक्षते सः। एवमेव एकः श्वा बुभुक्षितः सन् मांसखण्डम् अवलोक्य मुखतः लालां प्रवाहयति। तस्मिन्नेव क्षणे टङ्कारशब्दः क्रियते केनाऽपि यन्त्रेण। सः टङ्कारशब्दः लालाप्रवाहेण सह सम्बद्धो भवति अभ्यासवशात्। किञ्चित् कालानन्तरं सः श्वा मांसखण्डम् अनवलोक्य अपि शब्दम् आकर्ण्य लालां मुखतः च्यवति। अभिनवोऽयं शब्द-लालाप्रवाहयोः सम्बन्धः अनेन शुना शिक्षित एव। एवमेव नूतनाः शतशः सम्बन्धाः प्राणिभिः शिक्षिताः भवन्ति। एवमेव च नैकानि भयानि शिक्षाफलानि एव, न तु सहजातानि। यत्र अस्ति भयस्य कारणं, तत्र तद् भयं स्वस्थमेव। यदि कारणं विना अतिबिभेति मनः, न च किञ्चित् कार्यं वा साधयति, बाधते च जीवनक्रियां, तद् भयम् असहजम्, अस्वस्थश्च भवति। अस्य सिद्धान्तस्य प्रतिपादनं प्रथमतस्तु 'पेवलव' इत्यभिधेयेन रूस-देशीयेन विज्ञानविदा कृतम्। इदानीम् अस्य सिद्धान्तस्य बह्वीषु दिक्षु प्रस्फुटनं पल्लवनं च जातम्। 'वाटसन-वुल्प-आइजैन्क' इत्यादयः सन्ति बहवश्चिन्तकाः यैः मन-श्चिकित्साविधिषु अयं सिद्धान्तः प्रयुक्तः।

पेवलवमहोदयस्य विधौ शुनो मुखात् भोजनं दृष्ट्वा लाला स्पन्दते, शिक्षाबलेन च टङ्कारमात्रमेव श्रुत्वा (भोजनम् अनवलोक्य एव) लालास्यन्दस्वरूपा सा एव सहजा प्रतिक्रिया सम्पद्यते। बहुषु पेवलवप्रयोगेषु इदमपि दृष्टं यत् सः श्वा दर्वीपात्रध्वनिं अन्यप्रकारकं स्वनम् आकर्ण्य, अथवा विविधं प्रकाशकिरणं दृष्ट्वा तादृशीमेव प्रतिक्रियां करोति यदि लालाप्रवाहः सम्बद्ध्यते भोजनेन सार्द्धम्। भोजनम् अस्ति सहजात

उत्तेजकः; लाला-स्यन्दः अस्ति सहजा प्रतिक्रिया। उत्तेजकप्रतिक्रिययोः (Stimulus-Response) द्वयोरस्ति सहजः सम्बन्धः। यत् एभिः प्रयोगैः साध्यते तत् तु इदमेव--अभ्यासबलेन, शिक्षया च सहजे अपि अस्मिन् सम्बन्धे परिवर्त्तनं विधातुं शक्यते। नूतनाः अपि उत्तेजकाः--ध्वनिस्वनप्रकाशादयः--प्रतिक्रियया सह योक्तुं सम्भवन्ति। यदपि मानवः, मानवार्भको वा, जीवने शिक्षाभ्यासेन गृह्णाति तत्सर्वमपि अस्य एव सिद्धान्तस्य फलम्। तद् भवतु स्वास्थ्यकरम् अस्य एव सिद्धान्तस्य फलम् अस्वास्थ्यकरं वा।

एवं विधिना एव भाषा अपि गृह्यते। एका प्रतिक्रिया केनाऽपि उत्तेजकेन सह सम्बद्धा भवति। यथा--कोऽयं पदार्थः? अश्वं दृष्ट्वा बालकः पृच्छति। उत्तमवृद्धः यदा अश्वं दर्शयन्, अंगुलिनिर्देशेन वा संकेतयन् "अयम् अश्वः" इति वारंवारं निगदति बालकश्च निगदति, तदा तेन शिक्षितो भवति बालकः। अश्वम् अवलोक्य सोऽपि वदति—अयम् अश्वः। सर्वमपि भाषाशिक्षणं, अथवा सर्वमपि शिक्षणं, एवंविधैः संकेतैः सिद्ध्यति।

सर्वोऽपि व्यवहारः, स्वस्थः अस्वस्थो वा, सहजः शिक्षितो वा, अनेनैव विधिना गृह्यते मुच्यते च। अयमस्ति सारः व्यवहारवादस्य।

द्विविधो भवति उत्तेजकः। येन प्रतिक्रिया सम्वर्द्धते, स्वस्थो भवति व्यवहारः, सः स्वीकृत्यात्मकः, उत्साहजनको भवति उत्तेजकः। यथा, भोजनं दृष्ट्वा लालायाः मुखात् स्रवणं वृद्धिं याति, तेन पाचनक्रिया पुष्णाति। एवमेव, प्रयोगकर्त्रा यदा शिक्षणप्रयोगे मूषकाय सफले जाते मिष्टान्नं प्रदीयते, तदा तत् शिक्षणं दृढं भवति। तदेव कर्तुं प्रवर्त्तते मूषकः येन मिष्टान्नं लभ्यते। यदि न लभ्यते तस्य स्वीकारात्मकं किंचित् वस्तु, तर्हि तस्य प्रवृत्तिरपि न भवति। यदि दीयते किंचित् निषेधात्मकं कशाघातस्वरूपं, विद्युदाघातस्वरूपं वा, तदा सः नैव प्रवर्त्तते पुनः पुनः चोद्यमानोऽपि। 'मेयर' महोदयेन कृतेषु प्रयोगेषु एवं दर्शितम् आसीत्—एकस्मिन् प्रयोगे त्रिकोणाकृतिम् अवलोक्य मूषकः पञ्जरात् बहिर्धावति, मिष्टान्नेन च तर्प्यते। किन्तु यदि सः वृत्ताकृतिं दृष्ट्वा निस्सरति, तदा सः मूषकः विद्युदाघातेन दण्ड्यते। कथं सः मूषकः वृत्तत्रिकोणयोः भेदं शिक्षते--इत्यासीत् प्रश्नः। मिष्टान्नम् अस्ति स्वीकृत्यात्मकः उत्तेजकः प्रेरको वा, तथा च विद्युदाघातः अस्ति निरोधकः निषेधात्मकश्च प्रेरकः। त्रिचतुर्वारम् अभ्यस्य सः जीवः द्वयोः भेदम् अभिजानाति। मिष्टान्नेन भोज्यते त्रिकोणं दृष्ट्वा बहिर्धावनान्तरम्, पीड्यते च विद्युदाघातेन यदि, यदा च धावति सः वृत्त-मवलोक्य।

एतदनन्तरं परिवर्त्तनं करोति प्रयोक्ता--यदा त्रिकोणं दृष्ट्वा बहिर्धावति, स पीड्यते। यदा च वृत्तं दृष्ट्वा बहिर्याति, तदा मिष्टान्नेन पुरस्क्रियते। किञ्चित्

कालानन्तरं सः मूषकः यत् पुरा शिक्षितम् आसीत् तत् सर्वमपि विस्मृत्य अन्यद् नवीनं शिक्षते—यदस्ति त्रिकोणवृत्तयोः अन्तरम्। पुरस्कारदण्डनियमेन नवीनस्य शिक्षणं पुरातनस्य विस्मृतिस्वरूपम् अशिक्षणं साध्यते।

स्वस्थव्यवहारस्य पुरस्कारस्वरूपेण उत्तेजकेन मनोदेह-तन्त्रे स्थापनं, दृढीकरणञ्च; एवमेव अस्वस्थव्यवहारस्य दण्डस्वरूपेण निरोधकेन तस्य तन्त्रे विस्थापनं, शिथिलीकरणं वा—इति एव अस्ति व्यवहारवादिमनश्चिकित्सायाः सारः। पुरस्कारदण्डनियमोपरि, अथवा प्रेरकनिषेधकनियमोपरि आधृताः सन्ति व्यवहार-वादिनां चिकित्साविधयः।

अत्र उदाहरणानि --

एकः अष्टवर्षीयो बालकः मूत्रपुरीषोत्सर्गक्रियासु अशिक्षितः आसीत्। सः असमये, अस्थाने च, शिशुः इव; मलविसर्जनं करोति। सामान्यः स्वस्थश्च बालकः शरीरयन्त्रं, वा जानाति निरोद्धुम्। औषधैः चिकित्सितुम् अयोग्यः सन् सः मनश्चिकित्सकपार्श्वम् आनीयते। सः मनश्चिकित्सकः तं बालकं प्रत्यहं चतुर्वारं समये स्थाने च मलविसर्जनाय प्रेरयति। समयो निर्धारितः, स्थानमपि निर्धारितम्। प्रेरितः प्रोत्साहितश्च सन् सः बालकः मलविसर्जनाय प्रयतते। किञ्चित् कालपर्यन्तं न सः सफलतां लभते। यतो हि दण्डेन भयम् उग्रतरं जायते, अतः न स दण्ड्यते, न चापि प्रशस्यते, यतो हि प्रशंसनेनापि अस्वस्थो व्यवहारः दृढीक्रियते। किन्तु यदा सः निरन्तराभ्यासेन नियते कार्ये साफल्यं लभते, तदा पुरस्कारेण, प्रोत्साहनेन च आश्वास्यते प्रशस्यते च। मासत्रयेण एव सः बालकः स्वस्थं मलविसर्जनादिव्यवहारं शिक्षते। यतो हि नास्ति तत्र प्रेरणा, अतः समाजनिषिद्धोऽस्वस्थश्च व्यवहारः विस्मर्यते।

सर्वेषां सुखं प्रियं, दुःखं च अप्रियं भवति। सुखं गृह्णाति, दुःखं च परिहरति सर्वः। नियतः अयम् अस्ति नियमः। भवन्ति केचित् पुरुषाः (स्त्रियो वा,) ये समलिङ्गिनः—समानलिङ्गैः जनैः सह कामसुखम् अनुभवन्ति, न तु विषमलिङ्गिभिः सह समागमेन। अन्ये अपि सन्ति अ-प्राकृतिकाः, प्रकृतिविरोधिनो वा कामसुखाचाराः। इयम् सर्वा अपि अस्वस्थमनस्कता उपचार्या एव। एवमेव च अन्या अस्वस्थमनो-वृत्तयः, यथा, अकारणं स्तेयवृत्तिः, अथवा बालकेषु वयस्येषु अपि च अवस्तूनाम् अपहरणप्रवृत्तिः, नाशक (विध्वंसक)प्रवृत्तिर्वा। एतेषाम् उपचारः दण्डविधिना क्रियते। एतेषु रोगेषु यदा अपि एतादृशी प्रवृत्तिः मनसि उदेति, तदा एव चिकित्सकः सूचीवेधेन, औषधेन वा वमनप्रवृत्तिं जनयति, वमनं वा कारयति येन केनापि विधिना, येन रोगार्त्तः मनसि प्रबलां ग्लानिम् अनुभवति। ग्लायते म्लायते च मनः रोगातुरस्य। पीडाप्रदो भवति एष अनुभवः। बहुषु पीडितेषु रोगग्रस्तेषु अनेन विधिना चिकित्सा सफला भवति। मद्यपाः (एल्कोहलिक्स) अपि ग्लानिसञ्चारेण उपचर्यन्ते अनेन विधिना।

निषेधात्मकेन केनापि ग्लानिदण्डभयपीडादीनां जनकेन अस्वस्थव्यवहारस्य निराकरणं जायते ।

किन्तु अत्रापि इदम् अस्ति अवधेयम् ।

यद् भवति दण्डभयपीडादिकारणं तदुद्दिश्य मनसि निषेधात्मिका वृत्तिः उत्पद्यते । यः दण्डयति बालकं, सः जायते धृणास्पदम् । दण्डभयादयः निषेधात्मिकाः वृत्तयः सन्ति । एकेन निषेधेन कथम् अन्यस्य निषेधः सम्पत्स्यते ? इति अस्ति प्रश्नः । न तु प्रेम्णा अपि **सदैव** निषिद्धो व्यवहारः निवार्यते । भवन्ति केचित् मनोरोग-ग्रस्ता पुरुषाः स्त्रियश्च येषां भयमेव अस्ति निषिद्धवृत्तेः कारणम् । बाल्ये पितुः सकाशात् सुरक्षां, मातुः सकाशाच्च स्नेहम् अननुभूय अकारणभयैः सन्त्रस्ताः भवन्ति ते प्रौढभावं प्राप्य अपि । बाला अपि चौर्यम् आचरन्ति सन्त्रस्ताः सन्तः । विध्वंस-प्रवृत्तिं वा आश्रयन्ते । अ-सामाजिकैः तत्त्वैर्वा मिलित्वा समाजविरुद्धं व्यवहरन्ति । मातृस्नेहवञ्चिताः (विमातुः भयापन्नाः) सन्तः अपराधमपि कुर्वन्ति—तत्कथं भयेन भयस्य उपचारो भवति—इति शङ्कनीयमेव ।

अत एव सावधानतया वर्त्तितव्यं एतेषु उपचारविधिषु ।

अत्र अस्ति उदाहरणम्—एको बालकः अन्धकारात् बिभेति । न सः प्रविशति रात्रौ प्रकाशरहिते प्रकोष्ठे । तस्य पिता अकारणम् अस्य भयं विचार्य, तथापि अविचार्य एव, तं भीतं बालकं दण्डभयेन त्रासयति, स्वयम् अकारणञ्च कुप्यति । भयद्वयस्य मध्ये स्थितः सः बालकः ज्वरार्त्तो जायते; विवशः स अन्यामपि विकृति-माप्नोति । एतादृशीषु स्थितिषु बहवः क्षीणसंकल्पाः बालकाः मनोविकृतिभाजो भवन्ति । प्रीतिविरहितम् अविवेकयुक्तञ्च यद् भवति दण्डविधानं, तद् भयसञ्चारेण भीतिमेव जनयति, न तु अभयं करोति मनसः । दण्डविधानं यदस्ति हितं, मितं, प्रीतिसमायुक्तञ्च, तद् भवति स्वास्थ्यप्रदायि ।

अन्यासु सर्वासु स्थितिषु प्रेरणा-प्रशंसाभ्यासश्च मिलित्वा स्वास्थ्यं सुखञ्च कुर्वन्ति मनसः ।

अस्ति एको जनः यो जनसमवाये, संसदि वा, साधिकारैः पुरुषैः सह संलापेषु च वक्तुं नोत्सहते, बिभेति, वेपते, स्विद्यति च । मुखमपि शुष्यति । प्रेर्यमाणः, प्रशस्यमानश्च सः प्रवक्तुम् अभ्यस्यति, सफलतां च लभते ।

अर्द्धविक्षिप्ता एका स्त्री सर्वदैव अनावश्यकैः वस्त्रैः स्वशरीरम् आच्छादयति । न सा जानाति कारणम्, करोत्येव च । मनश्चिकित्सकेन तस्याः समीपे अन्यानि अनेकानि वासांसि आनीतानि । यथैव सा परिदधाति एकं वस्त्रं, अन्यदपि अस्यै दीयते । सा तथैव करोति । किन्तु शीघ्रमेव इदं सर्वं घटनाचक्रं, वाससां पुञ्जं च

अवलोक्य सा विहसति—किं मया इदं क्रियते उपहासास्पदम्, कथं वा ? सा इति स्वयमेव पृच्छति। विहसन्ती सा व्यर्थतां वेत्ति स्वकर्मणः। अतितृप्यन्ती इव सा वस्त्रं धारयति, अनावश्यकञ्च दूरात् क्षिपति। विवेकस्य उदयेन—किम् आवश्यकं, किं च अनावश्यकं वसनम्—इति चेतना समुत्पद्यते। अभिनवचेतनोदय एव जायते अस्याः मानसी चिकित्सा।

ङ : शिथिलीकरणाभ्यास-विधिः

इदानीन्तनाः स्नायुवैज्ञानिकाः मन्यन्ते यत् बहवो मनोरोगाः स्नायूनाम् अति—उत्तैजनैः (Hyper-excitement) अथवा अतिशयैः उत्तानैश्च (Hyper-Teusion) उत्पद्यन्ते—हृदयरोगाः, रक्तचापसम्बन्धिताश्च रोगाः, उदरशूलादयः, अन्याः अपि शरीररुजः मूलतः सन्ति स्नायुरोगा एव। स्वल्पादेव श्रमात् महतीं श्रान्तिम् अनुभवति कोऽपि जनः। श्वासगतिः कारणं विना अपि त्वरायते। मनोऽपि त्वरा-ग्रस्तं तिष्ठति; न तु अस्ति स्थैर्यं, धैर्यं वा चित्तस्य। एवंविधासु मनःस्थितिषु सर्वत्र एव स्नायूनाम् अतिशयेन उत्तेजनम् एव भवति कारणम्। अत्र चिकित्सकसाहाय्येन स्नायूनामेव शिथिलीकरणम् अभ्यस्यते रोगिणा।

अन्येऽपि विविधाः विधयः सन्ति येषां गणना अपि न सम्भवति। यथा—

योऽपि व्यवहारः वृथा, अस्वस्थः, समाजविरुद्धो वा भवति स दण्ड्यते, निषिध्यते, निन्द्यन्ते निरुध्यते च विविधैः उपायैः। योऽस्ति स्वस्थः, उपयोगी उपयुक्तश्च, समाजेन प्रशस्तो वा, सः पुरस्क्रियते प्रशस्यते, प्रेर्यते, अभिनन्द्यते च इयमस्ति विधा व्यवहारसिद्धान्तानुसारिण्याः मनश्चिकित्सायाः। औषधानि अपि प्रयुज्यन्ते अन्यैश्च कौशलैः सह। केषुचित् रोगेषु रोग एव भवति रोगकारणम्—इति आश्चर्यकरं प्रतीयते। किन्तु इदम् अस्ति एकं मानसं सत्यम्—उदाहरणमत्र प्रस्तूयते :—

कदाचित्तु रोगो भवति पलायनं सुरक्षा वा व्याजो वा अकरणीयं कर्त्तुम्, अकर्त्तुं वा यदस्ति करणीयम्। नेच्छति कोऽपि छात्रः परीक्षां दातुम्। कठिनं मन्यते स एतत्कार्यम्। कथं भवेत् पलायनं अस्मात् करणीयात् ? अकस्मादेव उदर-शूलेन गृह्यते सः। अभ्यस्तः सन् पुनः पुनरपि करणीयात् पलायनम् इच्छन् स उदरशूलेन मनोजनितेन ग्रस्तो जायते। अकरणीयमेव कर्त्तुमपि स एव विधिरस्ति। अयम् उदरशूलः लाभाय एव भवति रुग्णस्य। एवमन्येऽपि रोगाः सन्ति, ये वस्तुतस्तु मनोरोगा एव। अत्र उपचारः—अस्वस्थव्यवहाराद् उत्पन्नः लाभो न देयः कदापि। अनेन प्रकारेण सः व्यवहारः उच्छेत्तुं शक्यते।

केषुचिद् उपचारेषु तदेव कार्यम्, इच्छन् अनिच्छन् वा, यत्कर्त्तुं मनो न प्रचलति, नोत्सहते चेतः, बिभेति च। यथा—अन्धकारगाद् बिभेति बालः। सः तत्र

नीयते, किन्तु यतो हि सः बालः एव, अतः स्नेहेन, सौहार्देन च सार्द्धमेव। पुरुष-कामा कापि स्त्री पत्या सह संगमात् बिभेति। अत्र संगमः कार्य एव। बहूनां भया-नाम् उपचारस्तु अनेन विधिना विधीयते। केषाञ्चित् पुरुषाणां मनोजन्यं जायते अपुंस्त्वम्, शैत्यं वा नारीणाम्। आइजैन्क-वुल्प-आदिचिकित्सकैः अनेन उपचार-कौशलेन अनेके रोगिणः चिकित्सिताः।

सर्वस्यापि जीवने मनसि च भवन्ति कानिचित् स्थानानि येषां स्पर्शमात्रेण द्रूयते हृदयम्। भवन्ति केचिद् विषयाः येषां चर्चा अपि न क्रियते, यतो हि चर्चा-मात्रेण विषण्णं जायते मनः। अवमानघटनानां स्मरणेन क्षुभ्यते हृदयं तप्यते च तनुः। वुल्पमहोदयेन प्रयोगैः इदं साधितं यत्—यच्चापि कर्त्तुं नेच्छति मनः तत्तदेव कार्यं चिकित्सकद्वारा दर्शितं मार्गमनुसृत्य। चिकित्सकः शनैः शनैः रोगार्त्तस्य दशाम् अधीत्य, निरीक्ष्य च समन्तात् तस्य जीवनचर्याम्, उन्मील्य चास्य अविवेक-जनितां प्रवृत्तिम्, नयति तं स्वस्थेन पथा यत्र सः रोगातुरः स्वयमेव करोति चर्चाम्, अन्वेषणं विश्लेषणं च मनसः, विवेचनं च अस्वस्थप्रवृत्तीनाम्। अयमस्ति (de-sensitijation technignve) वुल्पमहोदयस्य येन मनः अति—संवेदन-शीलतायाः उन्मुच्यते, सामान्यं च भवति। अतिसंवेदनशीलता शिथिलीकरणम्—इति भवेत् अत्र अनुवादः।

प्राचीनेषु शास्त्रेषु दृश्यन्ते एवंविधानि विधानानि। यथा—प्रेम्णा वैरभावस्य शोधनम्। भावपरिवर्त्तनं वा गुरुणा शनैः शनैः क्रियते। एवं च अत्रापि क्रियते मन-श्चिकित्सकेन एकेन भावेन अन्यस्य भावस्य विशोधनम्। विवेक एव उपचारः अविवेकस्य, यथा प्रकाश एव उपचारो भवति अन्धकारस्य।

मनोविकाराणां तेषाञ्च उपचारविधीनां वर्गीकरणम्

[५]

स्वकीयं स्वकीयं मतवादम् अवलम्ब्य मनोविज्ञानवेत्तारः परस्परं मल्लायन्ते कलहायन्ते च । अत एव नास्ति सर्वसम्मतं वर्गीकरणं मनोविकाराणां तेषाञ्च उपचारविधीनाम् । वैमत्यं प्रवर्त्तते सर्वत्र । यतो हि नास्ति अस्मद्विधानां मतवादविशेषे आग्रहो रुचिर्वा, अतः प्रस्तूयते अत्र एकं वर्गीकरणं सौविध्याय बोधस्य, न तु वैज्ञानिकमतस्य प्रतिपादनार्थम् ।

कोऽस्ति आधारः वर्गीकरणस्य यदत्र प्रस्तूयते ?

सन्ति एके सिद्धान्ताः ये अन्तर्मनः अचेतनं वा (the unconocios) केवलं विकृतिहेतुत्वेन स्वीकुर्वन्ति । यत्र भवति विक्रिया, तत्रैव विधीयते तस्या उपचारः । अन्ये च सिद्धान्ताः अचेतनं न स्वीकुर्वन्ति, स्वीकृत्य अपि न तद् बहु मन्यन्ते, बहु मत्वा अपि 'तत् कारणम् अस्ति सर्वेषां मनोविकाराणाम्' इति न हि श्रद्दधते । अस्ति व्यवहारः (Behaviour) एव हेतुः यं शैशवाद् आरभ्य माणवकः गृह्णाति शिक्षया, अनुकरणेन च, अन्येन केनाऽपि प्रकारेण वा । येन विधिना गृह्यते विकृतः व्यवहारः, तेन एव प्रकारेण अस्य त्यागोऽपि विहितः । विकृतो व्यवहारः स्वस्थेन व्यवहारेण एव उपचर्यते ।

तत्र प्रथमोऽस्ति विधिः अन्तर्मनोवादिनाम् अचेतनवादिनां वा । अन्योऽस्ति प्रकारः व्यवहारवादिनाम् ।

अन्तर्मनोवादिनां संक्षेपेण प्रस्तावना

[**अस्ति अत्र राद्धान्तः—**यत्रैव विकारः, तत्रैव तस्योपचारः]

अचेतनवादिनाम् आसीत् सिगमण्ड-फ्रायड-महोदयः प्रथमः । तम् अनुसृत्य एते मन्यन्ते यत् सर्वेऽपि मनोविकाराः मनोग्रन्थिजन्याः भवन्ति । अन्तर्मनसि स्थितः कोऽपि आभ्यन्तरः संघर्षः मनोग्रन्थीन् जनयति जटिलयति च मनोभावान् विचारप्रचारांश्च । सर्वमपि विकृतं सम्पद्यते अनेन प्रकारेण । यतो हि मनोग्रन्थिः (Comples) एव विकारकारणम्, अतः तस्य विश्लेषणम् (Resotion) एव भवति उपचारप्रकारः ।

तत्र फ्रायडमहोदयः

मनोविकाराणाम् अस्ति द्वैविध्यम्। एके विकाराः 'साइकोसिस' (Psychosis) संज्ञकाः भवन्ति, यत्र जन्मनः आरभ्य प्रथमे वर्षत्रये अहङ्कारस्य सम्यग् आविर्भावः विकासो वा, केनाऽपि कारणेन, न जायते। अहङ्कारः (Ego) एव स्वस्थः, विकासं लब्ध्वा, अचेतनं समायोजयति जगता सह, येन अस्य तृप्तिः जायते। तृप्तः सन् अहङ्कारः लोकेऽस्मिन् मोदते व्यवहरति च, आभ्यन्तरान् द्वन्द्वान् च समादधाति। किन्तु यदि अहङ्कारस्य एव नास्ति प्रभवः, प्रभवमपि प्राप्य नास्ति स्वस्थो विकासः, तदा मनसो विक्षिप्तता एव भवति परिणामः। विक्षिप्तरूपं मनसः = Psychosis अथवा हिन्दी-भाषायां 'पागलपन' इत्युच्यते।

त्रिविधा भवति मनसो विक्षिप्तता, आयुषः प्रथमे वर्षत्रये। फ्रायडमहोदयानु-सारं 'कामः' (Sex) एव, अस्ति मनस ऊर्जः। तस्य तर्पणम् अस्ति एक उपायः। किन्तु अस्य परमं तर्पणं केनाऽपि विधिना न सम्भाव्यते। अतः तस्य दमनं, शमनं वा, नियन्त्रणञ्च येन केनाऽपि उपायेन क्रियते जीवधारिणा। नियंत्रणे विफले जाते उत्प-द्यते जीवनस्य महती विभीषिका 'विक्षिप्तता' नाम। तत्र एकस्मिन् मनोविकारे, अहं-रचनायाः अभावात् क्षीणत्वाद् दौर्बल्याद् वा नियंत्रणोपायानाम् उपजायते 'शिजोफ्रि-निया' (Shigophrenia) नाम मनोव्याधिः। अस्मिन् आधौ ग्रस्तो मनुष्यः न जानाति उचितमनुचितं वा व्यवहारे विचारे च। विक्षिप्त एव इतस्ततो विचरति नग्नः, अर्द्ध-नग्नो वा। विक्षिप्तस्य कीदृशो भवति व्याहारः व्यवहारो वा—वयं जानीमः। अतः अलम् अतिविस्तरेण।

अन्यस्मिन् मनोविकारे, हर्षातिशयदुःखातिशयमध्ये चक्रवत् व्यवहरति मनुष्यः। cyclothsynia = चक्रको वा अस्ति अस्य आधेः अभिधेयः। अतिहृष्टः सन् सः सर्वत्राऽपि 'अति + करोति'—अतिखादति, अतिमोदते, अतिहसति च। दुःखातिशये निमग्नो भूत्वा अपि सः अति + करोति—अतिबिभेति, अतिरोदिति, अकारणम् अपि त्रस्तः सन् एकान्तस्थाने आत्मानं रक्षार्थम् आच्छादयति, न आलपति केनाऽपि सह, नास्ति रुचिः भोजने, शयने, प्रमोदेषु वा।

तार्तीये प्रकारे उद्भवन्ति शतशः भ्रान्तयः (Delusions)। तत्र भ्रान्तीनां नास्ति इयत्ता। भ्रान्तः सन् रोगार्त्तः 'अहं इङ्गलैण्डदेशस्य भूपालः', 'अहं महान् पुरुषः' 'अतीव क्षुद्रो वा जन्तुः' 'ईर्ष्यावशः सर्वोऽपि अयं लोकः मां हन्तुम् उद्यतः' 'पापोऽहम्, ईश्वरो वा अस्य जगतः' इत्येवं प्रकारकं, तत्र विजायते—कल्पनासम्भृतं भ्रान्ति-बाहुल्यम्।

आयुषः चतुर्थे पञ्चमे च वर्षे संरचना भवति अहङ्कारस्य। यदि स्वस्था दृढा च

भवति संरचना, तदा सर्वमपि स्वस्थं भवति, सुखं दृढं तृप्तिकरञ्च सम्पद्यते मानवस्य। अस्मिन् एव वयसि प्रभवन्ति केचिन् मनोग्रन्थयः अन्तःसंघर्षजन्याः। अस्य विवेचनं वर्णनञ्च कृतमेव अस्माभिः अस्मिन् ग्रन्थे। अतः अलम् अत्र विस्तरेण। मनोग्रन्थि-जनितानां मनोरोगाणाम् अस्ति, न्यूरोसिस (Neurosis) इति एकं नाम। विविधानि अस्य रूपाणि। तेषु रूपेषु 'चिन्ता (Ansuity) एव एकतत्त्वरूपेण सर्वत्र प्रतिष्ठिता। व्यर्थभयेभ्यः जायते चिन्ता नाम आधिः, उद्ग्रथितं भवति मनः, चिन्ताजडं सम्पद्यते दर्शनम्, क्षीयते सुत्रं, दूरं गच्छति निद्रा, सततं सन्त्रासे स्थितं चेतश्च। 'न्यूरोसिस' इति स्नायुरोगाणाम् अस्ति एकोऽभिधेयः। धर्मं जानतोऽपि मनुष्यस्य प्रवृत्तिः नास्ति; अधर्मं जानतोऽपि नास्ति निवृत्तिः। किंकर्त्तव्यविमूढताभावः सर्वत्र दृश्यते। कोऽपि हृदये स्थितः सन् रोगार्त्तं अवशं जनं यथा नियोजयति तथैव सः करोति। योऽयं हृदि स्थितः सः मनोग्रन्थिः एव-। इति स्नायुविकाराणामस्ति संक्षेपः।

विकृतव्यवहारेषु, चिन्तानुभवेषु च सर्वत्र स्नायुरोगाणां लक्षणानि परिचेतुं शक्यन्ते।

यूंगआडलरमहोदयानां नवफ्रायडवादिनाञ्च मतमपि इदमेव—**मनसः जटिलो व्यूहः, ग्रन्थिर्वा अस्ति आधिकारणम्**। तत्सर्वम् अस्माभिः पूर्वमेव प्रतिपादितम्। कथमेष ग्रन्थिः जायते, कथं वा भवेत् अस्य निराकरणम्—अत्र दृश्यते वैमत्यम्। प्रमुखान् कानपि विवेचकान् अवलम्ब्य प्रस्तूयते अत्र किञ्चित्।

कारेन होर्नाई : एतस्याः मतस्य अयं सारः—योऽयं चलति अन्तर्मनसि द्वन्द्वः सः समाजेन सह संघर्षणाद् एव जनितः। कामात्मकं मनः—इति सत्यम्। किन्तु तत् किं यन्मनः कामयते। तन्नास्ति 'सेक्स', मैथुनस्वरूपः कामः, यथा मन्यते सि. फ्रायड-महोदयः। 'अभयत्वमेव शिशुमनसः काम्यम्; तद् अभयत्वं समाजेन एव प्रदातुं शक्यते। अभयत्वं (सुरक्षा—Security—safety needs) कामयन् बालः समाजं प्रति गच्छति। मातुः सकाशात्, पितुः सकाशाद्वा प्राप्नोति सहजां प्रीतिञ्च, मोदते च प्रेमाणं लब्ध्वा। सम्मुखः स्वस्थश्च भवति अस्य व्यवहारः। किन्तु स एव बालः प्रेमाणम् अप्राप्य समाजाद् दूरं गन्तुम् ईहते। विरक्तं भवति मनः। दूरं जायते मनोमोदः। अयमस्ति विकारस्य प्रारम्भः। सः पराङ्मुखो भवति 'विद्रोही' (Rebel) समाजं प्रति। समाजं उज्झित्वा च न केवलं पलायते एव—सः अवशः सन् समाजं स्वकीयेन आचरणेन दुःखयति, पीडयति, भीषयति च स्वयमपि भीतिभाग् भवन् सः दुःखानाम् आवर्त्ते पतितः नीचैर्गच्छति, नष्टो भवति च एवं स्वस्थो व्यवहारः समाजसम्मुखीनः। अस्वस्थश्च व्यवहारः समाजपराङ्मुखः, समाजविमुखो वा भवति। भयादुत्पन्नः भयमेव उत्पादयति सर्वस्य लोकस्य।

एरिक फ्रोम :

एरिक फ्रोम-मते अस्ति मनसि स्थितः मनोग्रन्थिः अन्तःसंघर्षजनितः। किन्तु कीदृशोऽयं संघर्षः, कीदृशश्चास्ति अयं ग्रन्थिः, अस्य उपचारो वा ? अत्र अस्ति वैमत्यम् ।

प्रकृतं हि मनः। स्वीयां प्रकृतिम् अवलम्ब्य तन्मनः तृप्तिं कामयते कामानाम् उपभोगजन्याम् । किन्तु कालक्रमेण तन्न सम्भवति सर्वरूपेण, यतो हि इदानीं मनः संस्कृतं संजातम् । संस्कारजनितानि तत्र सन्ति बहूनि मूल्यानि । सर्वाणि तानि मूल्यानि त्यक्त्वा संस्कारशतैः संवलितं मनः कथं पुनः भवेत् प्रकृतं, कथं न कामयेत् तत् सर्वं यदस्ति प्रकृतविरोधि, संस्कृतिजन्यञ्च मूल्यम् ? इत्यत्र अस्ति संघर्षस्य कारणम् । विकासक्रमात् विवेकः सम्प्राप्त एव । सः विवेकः कुत्र गच्छतु ? कथञ्च विवेकं परित्यज्य मानवो व्यवहरतु विवेकशून्य इव, प्रकृत इव, पशुः इव वा ? अस्ति एक उपचारः । प्रकृतिः समष्टिस्वरूपा । अयं मानव-समाजोऽपि समष्टिस्वरूप एव । तत्र मानव-समाजे मिलित्वा सविवेकः सः ऐक्यमनुभवतु, सुखञ्च, अभयञ्चापि । अनेन भवतु अस्य मनोविकारेभ्यः मुक्तिः ।

हेडफील्डकृतं वर्गीकरणं विवेचनञ्च :

चिन्ता एव समेषां मनोरोगाणां स्वरूपम् – इति हेडफील्डमतम् । चिन्ता भवति भयमूला । यदा केनाऽपि कारणेन विकृतं भवति भयं, न जीवनं रक्षति, वरञ्च मनः-सहितं जीवनं नानाज्वरैः तापयति, क्षुन्निद्रां वा दूरीकरोति, अकारणमपि संत्रासयति चेतः, जनयति च शरीरश्रान्तिं मनसः क्लान्तिञ्च, तदा जायते चिन्ता । चिन्तायाः रूपाणि गणयितुम् अशक्यानि, यथा सिन्धुतटे सिकताकणाः गणयितुम् अशक्या एव । केचित् रोगार्त्ताः जनाः 'अतिसंवेदनशीलत्वं' (ovaernituiees) प्राप्य लेशमात्रमपि दुःखस्य अपमानस्य वा, शोकस्य विफलताया वा, सोढुम् असमर्थाः भवन्ति । किञ्चिद् अप्रियम् आकर्ण्य विकरालो भवति उद्वेगः। अशुभम्, अशोभनीयं वा अवलोक्य न तेषाम् अस्ति धैर्यशेषः । न दुःखस्य पारं गन्तुं तेषामस्ति साहसः । "आरम्भन्तेऽल्पमेवाज्ञाः कामं व्यग्रा भवन्ति च" इत्यादि श्रुतिः चिन्तातुरस्य विषये एव श्रुता । **हेडफील्ड महोदयस्य शब्देषु :**—अल्पः सूचिकावेधः अपि भल्लायते । अप्रियः एकः अपि शब्दः प्रलयघनगर्जनमिव श्रूयते । अल्पकष्टेन अपि कुण्ठितो जायते । न सः विनोदं जानाति । अयमस्ति मनसः चिन्तारोगः । स एव मनोरोगः ।

किमस्ति चिन्तारोगस्य कारणम् ?

हेडफील्डमते शैशवे प्रेमाणम् अप्राप्य बालः बिभेति, असुरक्षाञ्च अनुभवति । अस्ति प्रेमा कामात्मकः (यथा फ्रायड-यूंग-आदयः मन्यन्ते), किन्तु अस्ति प्रेमा

मनोग्रन्थिः अस्ति सर्वेषां रोगाणां मूलम्। तस्य उद्ग्रथनेन प्रजायन्ते मनोविकाराः, शिथिलीभवन्ति व्यवहाराः जटिलायन्ते च भावाः विचारप्रचाराश्च। तस्य मनोग्रन्थेः विश्लेषणम् एव अस्ति उपचारप्रकारः। विश्लेषणं कथं कर्त्तुं युक्तम्—इति अत्र दृश्यते महद् वैमत्यम्। बहूनि कौशलानि आविष्कृतानि कुशलैः मनश्चिकित्सकैः। तेषां विवेचनं वर्णनं वा नात्र क्रियते विस्तारभिया, पुनरुक्तिभयेन च। प्रख्यातानि विश्लेषणकौशलानि यथास्थलं वर्णितानि एव पूर्वम्। फ्रायडमहोदयस्य मनोविश्लेषण-प्रक्रिया एव स्वीक्रियते, अद्यापि सर्वेषाम् आश्रयस्वरूपा।

× × ×

पूर्वमेव अस्माभिः प्रतिपादितम्—यत्रैव विकारः, तत्रैव तस्योपचारः। इदं प्रतिपादितम् अवलम्ब्य इदानीं प्रस्तूयते अन्यः सिद्धान्तः—नास्ति अचेतनं मनः। भवतु वा। किमनेन? यदि आधेः कारणम् अचेतने स्थितं, तर्हि नास्ति मनुष्यस्य मनोरोगेभ्यः मुक्तिः। कथं चेतनं मनः अचेतने प्रविश्य मनोग्रन्थिं बहिर् आनेतुं क्षमं भवेत्। नास्ति उपायः। अचेतनं वा कथं जायेत चैतन्यसंयुक्तम्? इत्यपि न सम्भवति। अत एव अस्ति व्यवहारः (Dehavion) एव हेतुः यं माणवकः शैशवाद् आरभ्य गृह्णाति शिक्षया, अनुकरणेन च अन्येन केनापि प्रकारेण वा। येन विधिना गृह्यते विकृतः व्यवहारः, तेन एव विधिना अस्मात् मुक्तिरपि विहिता। विकृतो व्यवहारः स्वस्थेन व्यवहारेण एव उपचर्यते।

अयमस्ति अपरः सिद्धान्तः।

विकृतः व्यवहारः—इत्यस्य कोऽर्थः? अत्र इदं स्मरणीयं यद् अस्मिन् मते विचाराः भावाश्च अपि व्यवहारेषु गण्यन्ते। येन येन अपि जीवनं साध्यते स सः व्यवहारः। विचाराः भावाश्च अपि जीवनसाधकाः भवन्ति। भावैः भावितः सन् विचार्य एव कार्यं साधयति मनुष्यः। अस्तु।

यो व्यवहारः जीवनसाधकः, साधयितुं वा क्षमः, सः प्रकृतः स्वस्थश्च भवति। येन जीवनस्य ऊर्जः बलं वा, जीवनसंकल्पो वा, अथवा जिजीविषा, सुखं वा अपि मनसः, सौहार्दं वा जनेभ्यः, चित्तस्य प्रसादो वा, कार्यक्षमता चिकीर्षा अपि वा, क्षीयते सः व्यवहारः विकृतः, इत्यस्ति स्वीकृतः सिद्धान्तः। स्वस्थो व्यवहारः भवति उत्पादकः (Produtive) अस्वस्थश्च अनुत्पादकः (non-productive)। सुखं, सौहार्दं स्वास्थ्यञ्च सर्वत्र प्रवर्द्धन्ते। एतानि विविधानि सन्ति स्वस्थव्यवहारस्य लक्षणानि। किन्तु सर्वाणि अपि लक्षणानि एकेन पदेन वाच्यानि भवन्ति—तत्पदम् अस्ति 'समायोजनम्'। सुसमायोजितः व्यवहारः स्वस्थः; समायोजनविरहितः, असमायोजितो वा व्यवहारः अस्वस्थः—इत्यस्ति भेदः।

समायोजनम्—इति किम् ।

परिस्थितिभिः परिवृतः जीवति मनुष्यः अस्मिन् लोके । परिस्थितयः अनुकूलाः प्रतिकूलाः वा भवन्ति। अनुकूलपरिस्थितिम् अवलम्ब्य, प्रतिकूलाश्च तां प्रयत्नैः सुविचारैश्च विजित्य साफल्यम् अनुभवति मानवः । विघ्नैः शतैः पुनःपुनरपि प्रतिहन्यमानः सः विघ्नानां पारं गन्तुं प्रयतते एव । उत्साहधैर्यादिभिः गुणैः समन्वितः सः पुरुषः स्वस्थः सुखितश्च तिष्ठति । अस्य व्यवहारोऽपि स्वस्थः । परिस्थितीः सम्यग् आकलय्य, सुविचार्य च स्वकार्यं साधयति सः धीमान् । एतादृशः व्यवहारः शिक्षाभ्यासफलम्—इति सिद्धान्तितं व्यवहारवादिभिः ।

इदमपि मदीयं मतम् अत्र संक्षेपेण प्रतिपाद्यते ।

यथा सन्ति नैकाः परिस्थितयः याभिः परिवृतः पुरुषः लोके अस्मिन् आचरति, तथैव सन्ति मनःस्थितयः अपि — मनसि स्थिताः बुद्धिचित्ताहङ्कारादयः प्रवृत्तयः। एताभिः संवलितः सन्नेव पुरुषः जीवति, व्यवहरति च । कामपि मनःस्थितिं प्रतिकूलयतः, विलोमयतः, प्रतिषेधयतो वा नास्ति अस्य सुखं, स्वास्थ्यं वा मनसः । अत एव यथा परिस्थितिं, तथैव मनःस्थितिम् अपि सम्यग् विचार्य एव कार्यम् उचितं भवति । तदेव साफल्यं लभते, नान्यद्, नान्यथा वा । अतश्च तदेव समायोजनं सिद्ध्यति यत् उभयमपि (परिस्थितिं + मनःस्थितिश्च) मानयति विचारयति च ।

कथं समायोजनं प्राप्नोतु मानवः ? अयमस्ति प्रश्नः । यथा सः लब्धुं शक्नोतु समायोजनम्, तदेव अस्ति उपचारकौशलम् ।

व्यवहारवादिनां मते सन्ति असमायोजनस्य कारणानि ।

(१) एकतः अस्ति मनुष्यस्य 'आत्मा' (Self): "अयम् अहम् अस्मि" इत्यनुभवात्मकः । अपरतः अस्ति अस्य परिवेशः (Environment) । तत्र परिवेशे अपि अनेके घटकाः सन्ति—यथा, समाजः, संस्कृतिः, धर्मः, आर्थिकस्थितिः, राजनीतिः, आदयः । एते घटकाः समाजे एव प्रतिष्ठिताः सन्ति । अतः अपरतः अस्ति 'समाजः' (Society) । 'आत्म-समाजयोः' (Self-and-society) मध्ये जायते सम्पर्कः । सः सम्पर्कः नानारूपो भवति । यदि सः सम्पर्कः परस्परं भावयन् मिथः अनुकूलः सम्पद्यते, तदा सुखं स्वास्थ्यञ्च अनुभूयेते । प्रतिकूले सति उत्पद्यते 'संकटः' (Crisis) संघर्षश्च (Conflich) । एषः संकट एव रोगकारणम् ।

(२) संस्कृतिः मूल्यस्वरूपा भवति । "इदं कार्यम्, इदम् अकार्यं वा", इति उचितानुचितविवेकः मूल्यचेतनातः एव समुत्पद्यते । 'इदं शुभम्, इदं वा अशुभम्', 'इदम् उपादेयम्, इदं वा हेयम्'—एतादृशः विवेकः संस्कृतिमूल एव भवति । सा संस्कृतिः बाल्ये एव गुरुजनैः शिक्षाभ्यासबलेन मनोगुहायां संस्काररूपेण संस्थापिता

भवति। मूल्यानां परिवर्त्तने सति मानवस्य संजायते "संस्कृतिजन्यः संकटः", येन सर्वोऽपि व्यवहारः समायोजनस्य अभावाद् विक्रियां भजते।

(३) सर्वोऽपि अयं मानव-समाजः वर्गेषु वर्णेषु च विभक्तः। केचित् वर्गाः वर्णाश्च सम्मानिताः सम्पन्नाश्च सन्ति, अन्ये च हीनाः, इति विज्ञानसम्मतं अपि अन्याय्यं मतं सर्वत्र प्रचलति एव। अनेन प्रजायन्ते विकृताः भावाः व्यवहाराश्च। अतः न्यायविरहितो वर्गभेदोऽपि अस्ति कारणं मनोविकाराणाम्। संवेदनशीलेषु मनःसु उत्पद्यन्ते संघर्षात्मकाः क्रोधादिभावाः, हीनताभावाश्च।

(४) शैशवे विवेकाभावात् समुत्पद्यन्ते केचिन्मनोविकाराः लालनदोषात्। स्वयमेव मनोविकृतिभिः ग्रस्ताः मातापितरः अजानन्तः अपि ग्राहयन्ति तान् मनोविकारान् शिशुभिः। संस्काराणां बलवत्तया ते प्रौढतामापन्नाः अपि शिशुवदिव आचरन्ति। प्रौढस्य शिशुव्यवहारस्तु विकृत एव, यथा ग्रीष्मे शिशिरसुलभो व्यवहारः।

(५) संघर्षस्पर्धाप्रधाने अस्मिन् युगे महत्त्वाकांक्षा एव जनयति मनसि शरीरविताने च उत्तेजनाबाहुल्यं यद् वयं धारयितुम् अक्षमाः। येषां हीना उपलब्धिः ते संकटग्रस्ताः। येषाञ्च महती अपि भवति उपलब्धिः, ते अपि उत्तेजनाबाहुल्येन हृद्रोगैः, रक्तचापजनितैश्च रोगैः संत्रस्ताः भवन्ति।

(६) नगरीपरणेन (aerbanigatin), सहकुटुम्बितायाः विभजने च, "सर्वे अपि मनुष्याः समाना एव" इत्यादिकैः भावैश्च अहरहः प्रचोदिताः, ताड्यमाना इव कशाघातैः, इतस्ततो धावन्ति विक्षिप्ता इव। नास्ति शं, सुखं, स्वास्थ्यं वा चित्तस्य। यत्र नास्ति शं, तत्र स्वास्थ्यस्य चर्चा एव अयुक्ता। जीवनस्य आधुनिकीकरणेन इदानीन्तने युगे उपलब्धिसहस्रयुते अपि न दृश्यते मनसः विश्रान्तिः। श्रान्तिजन्या हि अनेके मनोविकाराः।

(७) स्वार्थे, आत्मनि च निमग्नः आधुनिकः समाजात् दूरीभूत इव (Sociol alientian) संजातः। 'कोऽहम् ?' इति स्वरूपम् अपि अजानन् अनभिजानन् वा आत्मनः अपि दूरं गतः (Self-aliention) सः। आत्मनि, अनात्मनि वा अस्य आधुनिकस्य क्वाऽपि स्थितिः एव न दृश्यते। उपलब्धिसहस्रेषु सः स्वयमेव अनुपलब्धो जातः। विश्वस्य परिधिषु परिभ्रमन् सः 'कुतोऽहम्', 'का मम स्थितिः' इत्यपि विस्मरति। आत्म-विस्मृतिजन्याः अद्य सन्ति नैके मनोविकाराः।

एभिः उपरि वर्णितैः कारणैः जातमद्य मनसः असमायोजनं सर्वत्र।

कथं सिद्धयेत् समायोजनम्—इत्यस्ति प्रश्नः मनश्चिकित्सकानाम्। बहूनि तत्र कौशलानि आविष्कृतानि। तेषां सर्वेषाम् आधारोऽस्ति "पुनः शिक्षा" (Re-educat-

ion) अर्थात् शिक्षितस्य पुनः शिक्षणम् । नैकानि पुनः शिक्षणकौशलानि प्रवर्त्तन्ते । तेषु प्रमुखानाम् अत्र वर्णनं कृतम् ।

(१) मनसि शरीरविज्ञाने च सन्निविष्टस्य उत्तेजना—बाहुल्यस्य शिथिलीकरणोपायाः ।

औषधानि अपि अत्र शिथिलीकरणाय प्रयुज्यन्ते औषधवैज्ञानिकैः, यथा सन्ति निद्रायाः कृते औषधानि । अनिद्रा (Insomnio) अस्ति घोरो मनोरोगः । यतो हि उत्तेजितः सन् न निद्राति मानवः; निद्राम् अननुभूय च पुनरपि उत्तेजना प्रवर्द्धते । विकटोऽयं मनःसंकटः । इदानीन्तने युगे योगस्य अपि महान् प्रचारो जातः उत्तेजनानां शमनाय । योगशिक्षया, विशेषतस्तु आसनानां प्रयोगेण, मांसपेशीनाम् उपरि मनसोऽधिकारः समुत्पद्यते । अधिकृतं मनः आदिशति शरीरसंस्थानं निद्रायै, शैथिल्यम् अनुभूय च विश्रान्ति लभते । श्रान्तिजनिताः मनोविकाराः योगाभ्यासेन शाम्यन्ति—इति प्रतिष्ठित एव मानसोपचारः ।

येषां योगे नास्ति निष्ठा, अथवा, योगम् अभ्यसितुम् अक्षमा वा सन्ति, ते अन्यैः अभ्यासैः प्राप्नुवन्ति शिथिलीकरणम् । भगवत्पूजा प्रार्थना वा, आत्मसमर्पणं वा अपि अस्ति एकः प्रकारः । (Postasal psychattenapy) इति नाम्नि उपचारे धर्म एव जायते उपचारविधिः ।

(२) पुनः शिक्षाविधिषु अस्ति प्रख्यातः प्रतिपक्षीकरणोपायः—योगे अपि 'प्रतिपक्षभावना' ज्ञाता । क्रोधजन्याः सन्ति मनोविकाराः । मनसि, शरीरविताने, स्नायुमण्डलेषु च सन्निविष्टः अकारणक्रोधः जनयति श्रान्तिकरीम् उत्तानताम् । तत्र क्रोधस्य क उपचारः अक्रोधस्य अभ्यासम् अतिरिच्य । अक्रोधस्य अभ्यासेन क्रोध उपचर्यते । तेन सह अस्ति क्रोधसम्बन्धः, तेनैव सह क्रियतां प्रीतिसम्बन्धः । नास्ति तत्कर्त्तुं प्रवृत्तिः मनसः । तथापि शनैः शनैः अभ्यासेन प्रतिपक्षभावनासाहाय्येन च तदेव क्रियते—यथा, वैरिणं प्रति गत्वा तत्र नमस्कारादिभिः अभिवादनं, तेन सह संलापो वा । मैत्रीभावेन क्रोधस्य उपचारः सम्भवति । सः मैत्रीभावः व्यवहारेण, पुनः पुनरपि अभ्यासेन च साधयितुं शक्यः—इत्यस्ति सारः । एवमेव भयजनितविकाराणाम् उपचारः अभयत्वाभ्यासेन सिद्धयति । यद्यपि भावाः मनोगताः तथापि भावपरिवर्त्तनं कर्मभिः आचारैश्च कर्त्तुं शक्यते । तदेव कर्त्तुं प्रयततां, यत् कर्त्तुं इच्छा न प्रवर्त्तते—इत्यस्ति उपचारस्य सारः ।

(३) अस्ति एक उपचारः—(Operant Learning) शिक्षणप्रकार—विशेषः । पशूनां शिक्षणे यो व्यवहारः शिक्षितुम् उचितः, यदि तं सः पशुः प्रयत्नेन गृह्णाति, तदा भोजनादिपुरस्कारैः तस्य चित्ताराधनं प्रसादनं वा मनसः क्रियते । दयि

न गृह्णाति, तदा तस्य वैफल्यं ताडनादि-दण्डविधिभिः पीडाप्रदं विधीयते। अनेन सः हेयोपादेययोः विभेदं जानाति। बालकानां रोगार्त्तानाञ्च विषये दण्डो न प्रयोज्यः, यतो हि अनेन दूषिता जायते मनोवृत्तिः। तथापि चित्ताराधनेन उचितो व्यवहारः दृढताम् एति। उचितं कुरु, नानुचितं—उचितं कृत्वा चित्तप्रसादनं क्रियते। अनेन उचितव्यवहारस्य दृढीकरणाय प्रयत्नो विधातव्यः—इत्यस्ति सारः। सारतस्तु अयमस्ति पुरस्कार-दण्डविधिः।

(४) नैके मनोरोगाः कुण्ठाजनिताः। कुण्ठा—इति किम्। यदा मानवः कार्यम् अपि कर्म कृत्वा दण्डितो भवति, अकार्यम् अपि कृत्वा नास्ति अस्य चित्ताराधनं, दूयते एव वा मनः, तदा कार्याकार्यविषये अस्य भ्रान्तिः उत्पद्यते, न च कर्त्तुं प्रवर्त्तते असौ, निर्लक्ष्यं भवति जीवनम्। अयमस्ति विमूढभावः। तस्य कोऽस्ति उपचारः।

उत्साहेन कुण्ठायाः उपचारो भवति। मनश्चिकित्सकः तत्र रोगार्तं जनं तदेव कर्त्तुं प्रोत्साहयति, यत्कर्त्तुम् अस्य अवशिष्यते योग्यता, कार्यक्षमता वा। कार्यव्यापारे एव सा क्षमता प्रकटीभवति। अनेन तुष्टिम् अनुभवति रोगार्त्तो मानवः। क्रमेण सः अपाकरोति कुण्ठाभावम्।

अत्रास्ति सिद्धान्तः—न तत्कर्त्तुं प्रचोदितव्यो बालकः, यत्कर्त्तुम् अस्य कार्य-क्षमता नास्ति। अनेन सः कुण्ठितो भवेत्—इत्यस्ति शङ्कनीयम्। स्वस्थं मनः अकुण्ठितं भवति।

(५) केषुचित् मनोरोगेषु यत् क्रियते तस्य विवेकहीनत्वं व्यर्थतां वा प्रदर्शनाय रोगार्त्तो जनः तदेव कर्त्तुं प्रचोद्यते—यथा एको जनः रज्जुं गले बध्वा स्तम्भम् अवलम्ब्य मर्त्तुम् इच्छति। तत्कर्त्तुं प्रयततां सः। यदा सः तत्कर्तुम् आरभते, व्यर्थतां विवेकहीनत्वञ्च स्वकर्मणः अवलोक्य स्वयमेव हसति। यः हसितुं जानाति, शक्नोति च आत्मानं निरीक्ष्य, सः स्वस्थो भवति मानवः। किन्तु स एव एतत्कर्तुं क्षमः, यः स्वकर्मणां विवेकहीनत्वं सम्यग् आलोच्य विवेक्तुं समर्थः। न एतत् रोगार्त्तः करोति। शोचत्येव केवलम्। आत्मानं लक्ष्यीकृत्य हासविधिना मुक्तो जायते शोकार्त्तो मानवः—इति।

मनसः स्वास्थ्यम्—भारतीयविचारणा

[६]

प्रसङ्गप्राप्ता एव मनसः स्वास्थ्यविषया भारतीया चर्चा। अतः पूर्वमपि यत्र-तत्र अस्मिन् निबन्धे भारतीयविचारणा अस्माभिः संकेतिता। अत्र तस्या एव उपबृंहणं अभिमतम्।

"स्व + स्थः" इति परिभाषा अपि अत्र व्याख्येया विचारणीया च।

अस्मिन् शरीरे सन्ति बहूनि अङ्गानि, धातवः, स्रावग्रन्थयश्च। मस्तिष्के अपि शताधिकानि क्षेत्राणि सन्ति—इति निर्धारितं मस्तिष्कविज्ञानविद्भिः। सहस्रारं पद्मं मस्तिष्के प्रफुल्लति, इति योगविज्ञानस्य अपि मतम्। एवं च मनः मनोबुद्धि-चित्ताहङ्कारादिषु अङ्गेषु विभक्तम्—इति ज्ञायते। क्रोधप्रेमभयादयः भावाः सन्ति। इत्थं अनेकेषु अङ्गेषु स्थितः एकोऽङ्गी; विभक्तेषु अस्ति कश्चित् अविभक्तः। अयम् अङ्गी अविभक्तश्च पुरुष एव। योऽयं मानवः सुखितो दुःखितो वा भवति, स विभक्तेषु अङ्गेषु प्रतिष्ठितः अविभक्तः अङ्गी। अङ्गानि प्रत्येकं स्वीयं स्वीयं कार्यं कुर्वन्ति। अङ्गानां कार्याणि सहजातानि, नियतानि सन्ति, यथा बुद्धिः विचारयितुं समर्था, विवेचनं च अस्याः सहजं नियतं च कर्म। तत्कृत्वा सा कृतार्था संवर्त्तते। सर्वेषु व्यापारेषु चेतनायां व्यवस्था अपेक्षिता भवति। अव्यवस्थितचित्तस्य नास्ति अयं लोकः। 'अहङ्कारः' व्यवस्थां सम्पादयति। व्यवस्थापनम् अस्य सहजं कर्म। सर्वेषु प्रमादेषु, भ्रान्तिषु, भयेषु च मनसि अव्यवस्था व्याप्नोति। व्यामोहं प्राप्नोति मनः। जर्जरायते अहङ्कारस्य व्यवस्थापनकर्म यत्कृत्वा कृतकार्यतां याति अहङ्कारः। एवं च हृदयस्य, अशेषरस-ग्रन्थिवितानस्य, स्नायुतन्त्रस्य वा अस्ति स्वकं सहजातं च कर्म। यदि सर्वाणि अङ्गानि प्रत्येकं नियतानि स्वानि स्वानि कर्माणि सम्पादयन्ति, तर्हि तेषाम् अस्ति 'स्वस्थितिः'—स्वस्मिन्स्थितिः—इति। एतादृशी स्थितिः एव 'स्वास्थ्यम्' इति पदेन वाच्या। स्वास्थ्ये सति सुखम्। यतो हि सर्वेषां सुखं प्रियम् अतः सर्वोऽपि सुखाय समीहते। असुखं अस्वास्थ्यस्य सूचकम्। सुखाय स्वास्थ्याय च दृश्यते मनुष्यस्य स्वाभाविकी प्रवृत्तिः। अस्वस्थ एव पुरुषः दुःखाय यतमानो दृश्यते। इयमेव सहजा प्रवृत्तिः स्वास्थ्यलाभाय मानवं प्रेरयति—इत्यस्ति भारतीयचिन्तनस्य सारः।

अत्र तुलनीयो भारतीयविचारः पाश्चात्यचिन्तनेन सह।

[क] 'कार्ल रोजर्स' आदि पाश्चात्यचिन्तकानां मते मनसि विद्यते कोऽपि स्वास्थ्य-संकल्पः (will-to cure)। सः संकल्पः यदा मन्दायते क्षीयते वा तदा रुजा ग्रस्तं भवति मनः। संकल्पबलेन एव मनश्चिकित्सकः चिकित्सति रोगिणं मानवम्। भारतीये मते तु मन एव कारणं बन्धनस्वरूपस्य अस्वास्थ्यस्य, अथवा मोक्षस्वरूपस्य स्वास्थ्यस्य। सुखं कामयते मनः; स्वास्थ्य मपि कामयते मनः। अस्ति अत्र वैदिकी अभ्यर्थना मनुष्यस्य--तन्मे मनः शिवसंकल्पमस्तु। मन एव स्व-संकल्प-बलेन सुखं स्वास्थ्यं च लभते। क्षीणसंकल्पः, हीनसंकल्पो वा पुरुषः सुखाय स्वास्थ्याय च न हि कल्पते। अतः अस्ति संकल्पस्य महत्त्वम्।

[ख] स्वस्थो हि जनः प्रकृतिस्थो भवति, गतसन्देहश्च तिष्ठति, सचेताः च जायते, यथा श्रूयते गीतोक्तिः—स्थितोऽस्मि गतसन्देहः सचेताः प्रकृतिं गतः। पाश्चात्य-चिन्तने अपि फ्रायड-आदिमहोदयाः सुखं स्वास्थ्यञ्च प्राकृतं मन्यन्ते। न हि प्रकृतिं विरुद्ध्य, अवरुद्ध्य वा सुखम् अनुभूयते अस्मिन् जीवने।

[ग] अङ्गानां कार्यक्षमता (function) यथा भारतीये तथैव च पाश्चात्ये विचारे महत्त्वं प्राप्नोति। अक्षमता एव मनोरोगः। अथवा केषुचित् आधिषु अति-कार्यं (over-functioning) क्रियते केनाऽपि अङ्गेन—यथा अतिस्वप्नशीलता, अतिभोजनेच्छा वा मानसीं विक्रियाम् एव प्रमाणयति। एवमेव अनतिकार्यम् (under-functioning) अपि रोगाय एव। आहारविहारादीनां या अस्ति युक्तता, स एव दुःखहा योगः।

अस्वास्थ्ये जाते न केवलं दुःखितो भवति पुरुषः, पौरुषमपि अस्य क्षीयते, पुरुषार्थाश्च हीयन्ते, यथा, नास्य किमपि अङ्गं नियतं कार्यं करोति--बुद्धिः विचारकर्मसु अक्षमा जायते; अहङ्कारोऽपि विखण्डितो भवति; न चित्त चिन्तयति; मस्तिष्कं च भ्रमतीव; उत्तेजनैः पूरितं उदरं न भवति पाचनक्रियासु क्षमम्; रक्तं प्रदूष्यते प्रणालिकासु; श्वासोच्छ्वासक्रिया विकृता जायते; निस्तेजो मनः न निश्चेतुं शक्नोति; उचितानुचितविवेकः च्यवते स्वकार्यात्। एवं च प्रजायन्ते विविधाः मनः-शरीरविकाराः। किन्तु सहजा, स्वाभाविकी च या अस्ति सुखाय स्वास्थ्याय च प्रवृत्तिः, सैव मनुष्यम् उद्धरति, उद्धर्तुं क्षमा अपि च अस्ति। कैः उपायैश्च सा प्रवृत्तिः सम्बलनं लभते ? यथैव लभते तथैव कार्यम्। स एव मानसोपचारविधिः। सर्वेऽपि योगाः, भारतीयविचारणायाम्, उपचारविधय एव। सर्वाणि साधनानि स्वास्थमेव साधयन्ति मनसः, यतो हि स्वास्थ्यं विना कुतः सुखम् ?

पुरातनेषु आयुर्वेदग्रन्थेषु औषधानां प्रयोगोऽपि वर्णितः, येषां सम्यक् प्रयोगेण अङ्गानि स्वानि कार्याणि कुर्युः। उदरं पचेत् भोजनम्—इत्यस्ति उदरस्य स्वकार्यम्।

तत्कुर्वत् उदरं भवति स्व+स्थं; स्वस्थे उदरे सर्वमपि स्वस्थं जायते। एतदेव सर्वेषाम् अङ्गानाम् उचितम्। औषधप्रयोगेण मनः शरीरतन्त्रं, समस्तिष्कम् उपचरितुं शक्यते इत्यस्ति आयुर्वेदमतम्। विज्ञानविदाम् इदानीन्तना विचारणा अपि अत्र प्रमाणयति यन्नास्ति मनःशरीरयोः महदन्तरम्। तयोः अभेद एव मतम्। अत एव मनोभावानां वेगैः प्रभावैश्च देहरोगाः प्रभवन्ति। अत एव च आयुर्वेदशास्त्रे भावशुद्धचर्थमपि विचारितम्। यत्र चूर्णविलेहरसायनादीनां वर्णनं कृतं तत्रैव अहिंसा-सत्यस्नेहसेवादीनां भावानाम् अभ्यासोऽपि नित्यरसायनत्वेन विहितः। यथा हि— अहिंसायाः नित्याभ्यासेन न केवलं वर्द्धते समाजे सुरक्षाभावः, न केवलं स्वस्थाः भवन्ति मानव-सम्बन्धाः, अपि तु शरीरे मनसि च धातुरसभावादीनां प्रवृत्तिरपि सहजा स्वस्था च जायते—अमृतमिव प्रवहति नाडीषु; स्वादुभानं भवति वाचः; सुदिनत्वं च अह्नाम्। अहिंसायाः अभ्यासेन शरीरस्य मनसश्च स्वास्थ्यं सहजत्वं च लब्धुं शक्यते—इत्यस्ति निर्णयः आयुर्वेदस्य। अत एव अहिंसादीनि व्रतानि उपस्थापितानि मनःशरीरस्वास्थ्याय अस्मिन् तन्त्रे।

इदमपि अत्र तुलनीयं **'सोरोकिन-मास्लो'** इत्यादि पाश्चात्यचिन्तकैः सह। विचाराणां मनोभावानाञ्च बलम् स्वीकृतम् एभिः। प्रेमादिभावाः स्वस्थाः स्वीकृत्यात्मकाश्च (Positive) सन्ति। पाचनश्वसनादिक्रियाः प्रभाविताः भवन्ति मनोभावैः। अत एव मनसः स्वास्थ्याय सुखाय च शरीरस्य स्वास्थ्यम् आवश्यकं यथा मन्यन्ते चिकित्सकाः तथैव स्वस्थमनोभावानां प्रभावः शरीराय अपि स्वीक्रियते। प्रेमभावः सम्पद्यते एक उपचारविधिः (Love Therapy) एतेषां मते, यथा स्वीकृतम् इदं नित्यरसायनं भारतीयैः आयुर्वेदज्ञैः। इति।

धातु-साम्येन स्वास्थ्यं जायते; वैषम्येण च भवन्ति रुजः। अहिंसादिव्रतानां चर्यातः धातु-साम्यम् अनुभूयते शरीरे मनसि च। "अभ्यास" आवश्यकः—इति स्वीकृतम् सर्वत्र शास्त्रेषु। *अनेन व्यवहारवादस्य मान्यता अङ्गीकृता इति प्रतीयते।

अन्यत्र च आयुर्वेदचर्चायां "वेग-विधारणम्" इति सिद्धान्तस्य प्रतिपादनं कृतं शास्त्रकारैः। अयं श्लोकः—

वेगितो अन्यचित्तः स्यात्, न वेगान् ईरयेत् क्वचित्।
कामक्रोधभयलोभादीन् मनोवेगान् विधारयेत्॥

---

* व्यवहारवादस्य (वाटसन आदि महोदयानां मतम्) अस्ति इदं सूत्रम्:—शरीरे नियंत्रिते सति मनः नियंत्रितं जायते। एतेषां मते तु 'मन' एव न विद्यते। यदस्ति मनः तद् भवतु। तन्मनः नियम्यते शरीरप्रक्रियाभिः।

द्विविधो भवति वेगः—शरीरवेगः, मनोवेगश्च । मलमूत्रादिविसर्जनाय यो भवति वेगः, सः शरीरवेगः । इत्थमन्येऽपि बुभुक्षादयः वेगाः सन्ति । आयुश्शास्त्रमते वेगितः सन् वेग-निवारणं त्वरितं कुर्यात्, किन्तु यदि वेगितो नास्ति, तर्हि न शरीरवेगं मनसा प्रेरयेत् । अनेन शरीरे भवति धातुसाम्यम् । कामक्रोधादयः सन्ति मनोवेगाः । न तु **निवारणं**, किन्तु तेषां **विधारणं** कुर्यात् । तेषां विधारणेन मनसः स्वास्थ्यं, मनोबलं, मनसः साम्यं च प्रवर्द्धन्ते । फ्रॉयडमते कामस्य तृप्तिरेव अस्ति कामस्य उपचारः । भारतीयमते कामादीनां विधारणेन चेतः ऊर्जस्वितं भवति । धर्माविरुद्धो योऽस्ति कामः स एव तर्पणीयः । अन्यथा तु कामस्य तृप्त्या न भवति तर्पणीयो मनुष्य इति ।

आर्षमतेषु वेदोपनिषत्सु मीमांसिताः काश्चित् विद्याः उपासनाविधयश्च यासाम् अभ्यासेन जायते मनसः विमोचनम् । यथा सन्ति व्यायामविधयः शरीर-स्वास्थ्यपरिरक्षणाय, तथैव सन्ति विद्योपासनाचर्याः यासां सम्यग् अभ्यासः मनसो विमोक्षाय सर्वदैव विधेयः । मनसः बन्ध एव अस्य वैषम्यम्, अस्वास्थ्यम्, असुखं च च भवति । विविधाः एते बन्धाः । ते सर्वे अविद्याकृताः । अविद्या तु माया एव; मनः अस्ति मायायाः अधिष्ठानम्, अत एव सर्वेऽपि बन्धाः मायाकृताः मनोजन्याश्च भवन्ति । कथं क्रियते मनसो विमुक्तिः ? विद्यया एव अविद्यायाः विनाशः तर्कणीयः, नान्येन केनाऽपि विधिना । "सा विद्या या विमुक्तये", इति श्रुतिः । विद्यया बन्धेभ्यः मनोविमोक्षात् अस्य उपचारः सम्पद्यते—इत्यस्ति श्रुतिमतम् ।

भयमेव मनसः विकाराणां कारणम् । अत एव अभयप्राप्तिरेव जायते भयस्योपचारः । भयं कस्मात् ? मृत्युः सर्वेषां भयानां प्रतीकः । 'मरिष्यामि' इति बिभेति मनुष्यः । कथं भवेत् अमृतत्वलाभः ? इत्यस्ति अत्र संप्रश्नः । इदं शरीरं मनोबुद्धिचित्ताहंकारादिभिः संयुक्तं प्राकृतं, प्रकृतिजन्यं, अचेतनं च । शरीरात् भिन्नं चेतनमस्ति । चेतनमेव आत्मा । तदेव सत्यं, ज्ञानस्वरूपम् अनन्तं चास्ति । चेतनाचेतनयोः विमिश्रणेन जातोऽयं बन्धः । अत एव आत्मलाभेन विना अमृतत्व-लाभः, अभयप्राप्तिर्वा मनसो विमोक्षश्च न हि सम्भवन्ति । विद्यानां चर्यातः अभय-प्राप्तिः—इति सिद्धम् ।

तत्र आर्षसाहित्ये नैकाः विद्याः चर्चिताः । ब्रह्मविद्या, अग्निविद्या, शाण्डिल्य-विद्यादयश्च तत्र विस्तरेण प्रतिपादिताः । तत्र सर्वत्र "नायमात्मा शरीररूपः" "यज्जायते, म्रियते च, तत्तु शरीरमेव', ' यच्चक्षुषा न पश्यति, येन चक्षूंषि पश्यति, तदेव ब्रह्म", अयमात्मा ब्रह्म", "तत्त्वमसि"—इत्यादीनि वाक्यानि सन्ति येषां सततम् अभ्यासः, नित्यमेव जीवने प्रयोगः विचारश्च मनसो विमोक्षाय अपेक्षितः । अत्रापि अभ्यास एव महीयान् ।

मरणधर्मा मनुष्यः, जीवत्वात्। यद् ब्रह्म, तद् अमृतं: अयमात्मा ब्रह्म—न वायमात्मा जायते म्रियते—इत्येतदाकारकं ज्ञानं यदा उत्पद्यते विद्यानाम् अभ्यासेन, ब्रह्मचर्येण, तपसा, व्रताचारैश्च, अनेकैश्च उपासनाविधिभिः, तदा लभ्यते *अभयत्वम्। अभयत्वमेव अस्ति अमृतम्। दैनन्दिनमेव विद्याव्रतादीनाम् अभ्यासः व्यायाम इव मनसः स्वास्थ्याय कार्यः—इत्यस्ति निष्कर्षः।

अस्ति प्रकृतिः प्रवृत्तिस्वरूपा। सैव माया। प्रवृत्तीनां द्वैविध्यम् अत्र दृश्यते—एका 'आकर्षणस्वरूपा, रागात्मिका वा भवति, अन्या च विकर्षणस्वरूपा द्वेषात्मिका। आधुनिकमनोविज्ञाने अपि व्यवहारस्य द्वैविध्यं स्वीकृतम्—आकर्षणं = रागः = 'एप्रोच', अथवा, विकर्षणं = द्वेषः = 'एवोइडेन्स। सर्वोऽपि जीवः अस्मिन् लोके रागद्वेषैः निबद्धोऽस्ति—किमपि प्रियं वस्तु अवलोक्य सः तदुद्दिश्य धावति, राग-प्रवृत्तिवशात्, अथवा च, निवर्त्तते अप्रियं दृष्ट्वा द्वेषात्। इन्द्रियाणाम् इन्द्रियार्थेषु रागद्वेषौ व्यवस्थितौ—इति गीतोक्तिः अत्र दृष्टा। रागद्वेषनियमेन या व्यवस्था भवति, सा एव माया, सा एव प्रकृतिः। पुरुषस्तु अन्य एव, न तु प्राकृतः। उपासनादि-विधिभिः यदा प्रकृतिपुरुषयोः विवेकः जायते, तदा भवति मोक्षः बन्धनेभ्यः। प्रवृत्तिस्वरूपा प्रकृतिः अस्ति चंचला। तत्रैव सुख-दुःखादयो घटन्ते। पुरुषस्तु साक्षिरूपेण दूरतः एव सर्वं पश्यति। एतादृक् ज्ञानं साधनाजनितम् अस्ति मोक्षस्य उपायः बन्धस्य च उपचारः।

सन्ति तत्र उपायाः मनसो निर्मलीकरणाय। निर्मलं हि मनः स्वस्थं भवति, न तु मनोमलैः विदूषितम्। मनोमलानां प्रक्षालनाय यज्ञतपोदानस्वाध्यायादयः सन्ति उपायाः। तेऽपि प्रत्यहं आचरणीयाः, स्नानादय इव। यज्ञेन समर्प्यते अन्येभ्यः यद् अस्ति 'मदीयम्'। 'ममत्वभावस्य' अहंकारस्य च यज्ञभावनायाः उदयेन उपचारो जायते। समर्पितजीवने उदारभावानां भवति संचारः। तपश्चर्यया स्वयमेव स्वेच्छया च स्वीक्रियते दुःखं यस्मात् बिभेति मनः। अन्यानि साधनानि सन्ति यैः भवति मनोमलानां प्रक्षालनम्। गीतासु "मनीषिणां पावनानि" एतानि साधनानि उच्यन्ते। पावनं निर्मलं च मनः कल्पते सुखाय स्वास्थ्याय च। गीतासु "दैवी सम्पद्", "आसुरी

* अभयत्वं तु पाश्चात्याः अपि इच्छन्ति। कथं नु भवेत् अभयेन विना भयस्य उपचारः। फ्रायडवादिभिः मृत्योः स्वीकरणमेव उपायः इति मन्यन्ते। फ्रायड-वादिनस्तु सन्ति प्रकृतिवादिनः। प्रकृतौ नास्ति जीवनमरणयोः अन्तरम्। यः जायते, सः म्रियते। एतत् तथ्यस्य स्वीकारेण एव मृत्युभयात् प्रमुच्यते मनः। सोरोकिन आदि चिन्तकास्तु प्रेम्णा अभयत्वलाभो सम्भवति—इति मन्यन्ते। समाजेन एव मानवस्य अमरत्वं सिद्ध्यति, न तु व्यष्टिरूपेण। समष्टिरूपतां प्राप्तः पुरुषः अमृतत्वम् अनुभवति। तेन अस्य जायते अभयत्वम्।

सम्पद्"—इति द्विविधा सम्पद् विस्तरेण व्याख्याता। "दैवी सम्पद् विमोक्षाय निबन्धायासुरी मता" दैव्याः सम्पत्तेः लाभेन विमोक्षः सम्पद्यते—विमोक्ष एव मनसः स्वास्थ्यम् अस्य बन्धश्च मनोरोग एव।

मनस्तु चंचलं, प्रमाथि, बलवद्, दृढं चास्ति। वायोः निग्रह इव सुदुष्करोऽस्ति अस्य निग्रहः। अत एव कथं सम्भवेत् मनसः प्रक्षालनं, विमलीकरणं अथवा दैव्या-सम्पत्या अस्य सम्बलनम्? गीतासु पृष्टः अयं प्रश्नः अभ्यासः—एक एवास्ति उपायः—पुनः पुनः आचरणम् अभ्यासः*।

वैराग्यमस्ति अन्य उपायः। वस्तुतः सर्वे मनोरोगाः रागस्य अत्याधिक्येन जायन्ते। द्वेषोऽपि भवति बन्धाय एव। यत्र अस्ति सम्बन्धः रागद्वेषात्मकः तत्रैवास्ति मनसो बन्धः। अस्य बन्धस्य तनूकरणम् आवश्यकं भवति। रागस्य तनूकरणं, न्यूनीकरणं उच्छेदनं वा भवति वैराग्यम्। वैराग्यस्यापि अभ्यासः नित्यमेव कर्त्तव्यः, यतो हि रागात्मिकाभिः वृत्तिभिः बध्यते मनः। बद्धं मनः दुःखितं भवति। चंचलस्य मनसः निग्रहो वैराग्येण अभ्यासेन च सम्भवति, अथवा वैराग्यस्याभ्यासेन।

नैते अध्यात्मवादिनां मतवादाः सन्ति। सर्वैरपि सांसारिकैः पुरुषैःउक्त साधनानाम् आचरणं नित्यमेव अभ्यसनीयम्। रागेण बद्धानां वैराग्यमेव उपचारः अनेनैव प्राप्यते सन्तुलनं भावनानाम्। अस्मिन् देशे योगोऽपि शरीरस्य मनसश्च स्वास्थाय आविष्कृत आसीत्। नास्ति द्वयोः भेदः। यन्मनसि विद्यते तद् मस्तिष्केऽपि घटते। यच्चास्ति शरीरे, तन्मनसि प्रभवति। अत एव तदेवात्र अनुष्ठेयं येन उभयोरपि भवेत् सुखम्। इदमुद्दिश्य योगः प्रवर्त्तते।

इदमस्ति मदीयं मतम्

सर्वेषां सुखम् इष्टम्। सुखम् अस्ति उपयोगि च, यतो हि सुखानुभूत्या धातुसाम्यं भवति शरीरे, मनसोऽसाम्यम् अपि। किन्तु न भवति दुःखम् अनुपयोगि जीवनविधौ-१. दुःखेनैव सुखानुभूतिः सम्भवति। नित्यसुखस्य कल्पनैव मिथ्या २, दुःखेनैव जीवने भावनासु च सन्तुलनं जायते। असन्तुलितं जीवनं आकाशे वायुप्रचोदितम् अभ्रखण्डमिव

* न तु भारतीयानाम् एव अयं मतवादः। अत्याधुनिकाः मनोविश्लेषकाः अपि मनसः सन्तुलनहेतवे सुखस्वास्थ्यहेतवे च वैराग्यस्य प्रभविष्णुतां स्वीकुर्वन्ति। वैराग्येण (Positive resiqnation) विना कथम् उपचर्यते रागातिशयजन्यः असन्तोषः जीवने—इति।

इतस्ततो धावत्येव । ३. दुःखमेव मनसि अन्तर्मुखताम् आपादयति । अन्तर्मुखेन मनसा आभ्यन्तरे अवलोकयितुं शक्यते, न तु बहिर्मुखेन । अत्यन्तदुःखेन जायते अन्तर्मुखताऽपि आत्यन्तिकी । अयमपि मनोविकारः । अन्तर्मुखत्व-बहिर्मुखत्वयोः सन्तुलनं समत्वं वा सुखदुःखयोः योगेन एव सम्पद्यते ।

तत्र सन्ति बहवो योगाः । एतेषु पतञ्जलियोग एव आधारभूतः स तु अष्टाङ्गः । यमनियमासनप्राणायामप्रत्याहाराः—एतानि योगस्य बहिरङ्गानि, धारणाध्यानसमाधयश्च—सन्ति अन्तरङ्गानि । यमनियमयोः नित्याभ्यासेन सत्ये स्नेहे च ब्रह्मचर्यापरिग्रहादिषु प्रतिष्ठितं जायते मनः । स्निग्धाः भवन्ति मानव-सम्बन्धाः । अभयत्वम् अनुभूयते चेतसा । अपरिग्रहस्य आचरणेन स्वातन्त्र्यमपि भवति अनुभूतम् । ब्रह्मचर्येण सुखं प्रति लिप्सा सीमासु बद्धा भवति, कामोऽपि जायते मर्यादितः । तपसा च दुःखेभ्यः भयं विनश्यति । स्वाध्यायेन आत्म-ज्ञानं प्रज्वलति तेजसा । अहिंसा तु सर्वथा वैरत्यागः, मनसा, वाचा, कर्मणा च । अहिंसाभावस्तु स्नेह एव । स्नेहाभ्यास-मात्रेण अपि आत्मा भवति निर्धूतकल्मषः । स्नेहेन वैरं जेतुं शक्यते । नित्याभ्यासेन स्नेहस्य समुदेति आत्मवश्यता । एवमेव एकैकस्यापि अभ्यासेन मनोमलं प्रक्षाल्यते, सम्बलितं भवति मनः, स्ववशे तिष्ठत् च सुखमनुभूय प्रसीदति । प्रसन्नचेतसः बुद्धिः आशु पर्यवतिष्ठते । स्थितधियः पुरुषस्य किं न सम्पद्यते ?

योगे* अस्ति आसनानां महत्त्वम् । आसनं किम् ? प्रयत्नशैथिल्यम् आसनम् । प्रयत्नः जीवितुम् अपेक्षितः । सः प्रयत्नः आदौ मनसि संकल्परूपेण उदेति; तदनन्तरं नाडीतन्त्रे, पेशीसंस्थाने च सर्वस्मिन् शरीरे अपि व्याप्नोति सः । कार्यसिद्धे सति पुनरपि प्रयत्नः विलीयते; प्रयत्नेन जनितानि उत्तेजनानि च उत्तानता वा शमं यान्ति । अयमस्ति क्रमः प्रयत्नानां तेषां च उपशमस्य । स्वस्थोऽयं क्रमः । किन्तु अधीरेषु कामशतैर्वा उत्तेजितेषु पुरुषेषु अयं क्रमः भग्नो जायते । कार्यानन्तरं न विलीयते, परं च तत्रैव मनोदेहविताने अवशिष्यते सः प्रयत्नः । प्रयत्नेन भवति श्रान्तिः, श्रान्त्या च दौर्बल्यं, दौर्बल्याच्च दुःखम्—अत एव प्रयत्नानन्तरं मनोदेहयोः शिथिलीकरणं वाञ्छितं, तदर्थं च आसनानां अभ्यासो विधेयः ।

आधुनिके युगे उत्ताननैः उत्तेजनैश्च पूरितं मनः । मनः अपि परवशतया दुःखितं भवति । न अस्य अस्ति अधिकारः नाडीतन्त्रे,पेशीसंस्थाने वा । अत एव न किमपि कुर्वत्

---

* **लेखकस्य** अन्यत् प्रकाशनम् अत्र अवलोकनीयम् आंग्लभाषायाम्
yoga Technique of Psycho therapy GDK. Publications. Delhi-6

मनः श्रान्तं जायते,। मद्यादिपानैः, अभक्षणानां भक्षणैश्च, अप्राकृतैर्वा कामविनोदैः न अपनुद्यते मनसः श्रान्तिः। सः किं करोतु—इत्यपि न जानाति। "न हि वित्तेन तर्पणीयो मनुष्यः" इति श्रुतिः अद्य कृतार्थतां गता इव प्रतीयते। आसनानाम् अभ्यास एव अस्ति एकः पन्थाः कल्याणाय।

प्राणायामेन किं लभ्यते ?

सामान्यतः "पूरककुम्भक-रेचक"—इति त्रिविधश्वासक्रियाभिः सम्पद्यते प्राणायामः। विविधाश्च अन्ये प्राणायाम-प्रकाराः; शास्त्रेषु तेषां प्रभावाश्च वर्णिताः। मनश्चिकित्साविज्ञानप्रसंगे प्राणायामस्य प्रभावः हृदयस्योपरि स्पष्ट एव—हृदयस्य श्वासोच्छ्वासस्वरूपा गतिः लयात्मिका भवति। "लयः"—एतद् विद्यते हृदयस्य विधानम्। यद् अन्यत्, तत् "प्रलयः" एव। भावनानाम् उद्रेके सति, भावानां च विकृतौ, तद् लयविधानं विपन्नं भवति। प्रकृतिस्थहृदयस्य गतिः लयात्मिका, न तु विकृतस्य। अत एव प्राणायामस्य सतताभ्यासेन पुरुषस्य हृदयोपरि अधिकारो वर्द्धते; भावाश्च भावनाश्च स्ववशे तिष्ठन्ति; विकृते सति प्राणायामबलेन पुनरपि प्रकृतिस्थं क्रियते हृदयम्। मनः स्वास्थ्यदृष्ट्या एष महान् लाभः—इति स्पष्टमेव।

प्राणायामे सिद्धे सति मानसचिकित्सां लक्ष्यीकृत्य "प्रत्याहारः" इति अभ्यस्यते। चचलं हि मनः। तत् अवशं सत् इतस्ततो धावति, यत्र कुत्रचित् तिष्ठति, रमते च, अवाञ्छितमपि वस्तु अवगाहते। मनसा सह इन्द्रियाणि अपि बहिर् धावन्ति। अनेन मनो न लभते शमं विश्रान्तिं च। रुग्णे सति न निद्राति, न सुखम् उपविशति; क्षीयते चास्य संकल्पबलम् अस्थिरत्वात् वृत्तीनाम्। प्रत्याहारस्य अभ्यासे मनः संह्रियते, अवरुध्यते च बहिर्गमनात्, स्थाप्यते च प्रयत्नैः एकस्मिन् केन्द्रे। अनेन सम्बलनं जायते मानसं; स्वास्थ्यं च अनुभूय प्रसन्ना स्थिरा च प्रकाशते बुद्धिः।

बहिर्भूतैः योगाङ्गैः शरीरस्य मनसश्च सिद्ध्यति स्वास्थ्यम् आत्मवश्यता* अपि प्रवर्द्धते। धारणाध्यानसमाधिभिः अन्तरङ्गभूतैः योगाङ्गैः साध्यते अन्तर्मनसः सुखं स्वास्थ्यं च। प्रत्याहारस्य अभ्यासेन मनः आकृष्यते निषेधात्मकेभ्यः भावेभ्यः।

---

* आधुनिकैः अपि आत्मवश्यता = Self-Contral मनः स्वास्थ्याय स्वीक्रियते। आत्म-बोधः (self-knowledge) एव जनयति आत्मवश्यताम्। आत्मवशो मनुष्यः आत्महिताय आत्मानं निर्दिशति (self--dir ection)। आत्मतन्त्रो भवति स्वस्थः। अवलोकनीयमत्र Mind your Mentel Health Dr. H. L. Sharma.

निषेधात्मकाः भावाः एव जनयन्ति मनोरुजं, शरीररोगं च। किन्तु अपकृष्टमपि मनः चंचलत्वात् न स्थिरायते धारणायाः अभावात्। यथा स्थैर्यं भवेत् मनसः तथा धैर्यम् एव अभ्यसनीयम्। धैर्यस्य अभ्यासः एव धारणायोगः। अधीरस्य कुतः शान्तिः विश्रान्तिश्च ? अत एव धारणाभ्यासेन धार्यते मनः स्वस्थेषु भावेषु। प्रवृत्तिस्वरूपं हि मनः। यत्र प्रवृत्तिषु तद् रमते, तथैव जायते। स्वस्थासु प्रवृत्तिषु स्थितं मनः स्वस्थं भवति। यन्मनः रमते तदेव जायते। यदा मनः दैवीसम्पत्सु पुण्यप्रकाश स्वरूपासु स्थैर्यं प्राप्य विरमते धारणाबलेन, तदा उन्मुक्तं भवति आसुरभावेभ्यः। मनसः विमोचनं स्वास्थ्यं सुखं च।

ध्यानस्य अभ्यासः प्रारभते धारणानन्तरम्। ध्यानेन स्वान्तरं प्रविशति मनः; तत्र प्रविश्य च अवगाहते यत् तत्र स्थितम्। यथा प्रकाशकिरणैः तमांसि अपहन्यन्ते, तथैव चेतनायुक्तेन ध्यानेन सह मनः अन्तश्चेतने प्रविश्य सर्वमपि अचेतनस्थितं* मोहान्धकारस्वरूपम् अविवेकं हन्ति। ध्यानमस्ति बलीयः साधनं मनसः सुखाय, येन अपमार्जनं भवति अन्तःस्थितानां मनोग्रन्थीनां, येन च अचेतनम् अपि चेतनायते, चैतन्येन। चेतितं भवतीति। तदा स्थिरायते मनः; शून्या इव भवन्ति वृत्तयः; ऊर्ध्वं गच्छति चेतनम्। तत्र व्यासेन प्रतिप्रादितं पतञ्जलियोगभाष्ये—"चित्तं नामोभयतो वाहिनी नदी, वहति पापाय, वहति पुण्याय च—"प्रवहणशीलत्वात् चित्तं नदी इव। तच्चित्तं उभयतो वहति, पापाय, पुण्याय च। यदा पापोन्मुखं गच्छति चेतः, तदा असुखं अस्वास्थ्यं च जायते। ध्यानस्य सिद्धौ इदं चेतः पुण्याभिमुखं प्रवहति सुखाय स्वास्थ्याय च।

समाधानं समाधिः। समाधिरस्ति चरमोपलब्धिः योगाभ्यासस्य। यद् ध्यायति मनः तदेव विजायते। ध्यानाभ्यासेन वृत्तिस्वरूपं भवति मनः ऊर्ध्ववृत्तीनां ध्यानेन मनोऽपि

---

* अचेतनस्य का स्थितिरस्ति भारतीये विचारतन्त्रे ? नास्य चर्चा कृता दृश्यते शास्त्रेषु। पश्चिमे तु इदं विस्तरेण प्रपञ्चितम्। तथापि अत्र संस्काराः स्वीकृताः। संस्काराणाम् अस्ति महद्बलम्। संस्कारास्तु सन्ति जीवनक्रियाभिः उत्पादिताः, संचिताश्च स्मृत्यवशेषाः, प्रारब्धरूपेण स्थिताः मनोगुहायाम्। फ्रायडमहोदयस्य 'अचेतनम्' वर्त्तमानजीवितस्य विस्मृतानां स्मृतीनां शेषः। यूंगमहोदयस्य अचेतनम्' तु **समेषां कर्मणां** संस्कारसंचयः सूक्ष्मे शरीरे अवस्थितः सन् जीवं प्रचोदयति। संस्कारवशो हि जीवः जीवति। तथापि, अचेतनम् अतिरिच्य अस्ति आत्म-तत्वम्, चेतनायाः उत्सः, आत्मा एव। स एव आत्मा जीवं तारयति संस्कारकृतबन्धनेभ्यः। मनसः अतिरिच्य अस्ति आत्मा—Self—इत्यपि मतं प्रतिपाद्यते कैश्चित् चिन्तकैः।

मनसः स्वास्थ्यम्—भारतीयविचारणा

[६]

प्रसङ्गप्राप्ता एव मनसः स्वास्थ्यविषया भारतीया चर्चा। अतः पूर्वमपि यत्र-तत्र अस्मिन् निबन्धे भारतीयविचारणा अस्माभिः संकेतिता। अत्र तस्या एव उपबृंहणं अभिमतम्।

"स्व + स्थः" इति परिभाषा अपि अत्र व्याख्येया विचारणीया च।

अस्मिन् शरीरे सन्ति बहूनि अङ्गानि, धातवः, स्रावग्रन्थयश्च। मस्तिष्के अपि शताधिकानि क्षेत्राणि सन्ति—इति निर्धारितं मस्तिष्कविज्ञानविद्भिः। सहस्रारं पद्मं मस्तिष्के प्रफुल्लति, इति योगविज्ञानस्य अपि मतम्। एवं च मनः मनोबुद्धि-चित्ताहङ्कारादिषु अङ्गेषु विभक्तम्—इति ज्ञायते। क्रोधप्रेमभयादयः भावाः सन्ति। इत्थं अनेकेषु अङ्गेषु स्थितः एकोऽङ्गी; विभक्तेषु अस्ति कश्चित् अविभक्तः। अयम् अङ्गी अविभक्तश्च पुरुष एव। योऽयं मानवः सुखितो दुःखितो वा भवति, स विभक्तेषु अङ्गेषु प्रतिष्ठितः अविभक्तः अङ्गी। अङ्गानि प्रत्येकं स्वीयं स्वीयं कार्यं कुर्वन्ति। अङ्गानां कार्याणि सहजातानि, नियतानि सन्ति, यथा बुद्धिः विचारयितुं समर्था, विवेचनं च अस्याः सहजं नियतं च कर्म। तत्कृत्वा सा कृतार्था संवर्त्तते। सर्वेषु व्यापारेषु चेतनायां व्यवस्था अपेक्षिता भवति। अव्यवस्थितचित्तस्य नास्ति अयं लोकः। 'अहङ्कारः' व्यवस्थां सम्पादयति। व्यवस्थापनम् अस्य सहजं कर्म। सर्वेषु प्रमादेषु, भ्रान्तिषु, भयेषु च मनसि अव्यवस्था व्याप्नोति। व्यामोहं प्राप्नोति मनः। जर्जरायते अहङ्कारस्य व्यवस्थापनकर्म यत्कृत्वा कृतकार्यतां याति अहङ्कारः। एवं च हृदयस्य, अशेषरस-ग्रन्थिवितानस्य, स्नायुतन्त्रस्य वा अस्ति स्वकं सहजातं च कर्म। यदि सर्वाणि अङ्गानि प्रत्येकं नियतानि स्वानि स्वानि कर्माणि सम्पादयन्ति, तर्हि तेषाम् अस्ति 'स्वस्थितिः' —स्वस्मिन्स्थितिः—इति। एतादृशी स्थितिः एव 'स्वास्थ्यम्' इति पदेन वाच्या। स्वास्थ्ये सति सुखम्। यतो हि सर्वेषां सुखं प्रियम् अतः सर्वोऽपि सुखाय समीहते। असुखं अस्वास्थ्यस्य सूचकम्। सुखाय स्वास्थ्याय च दृश्यते मनुष्यस्य स्वाभाविकी प्रवृत्तिः। अस्वस्थ एव पुरुषः दुःखाय यतमानो दृश्यते। इयमेव सहजा प्रवृत्तिः स्वास्थ्यलाभाय मानवं प्रेरयति—इत्यस्ति भारतीयचिन्तनस्य सारः।

अत्र तुलनीयो भारतीयविचारः पाश्चात्यचिन्तनेन सह।

दासवत् केनाऽपि बलाद् नियोजितः कामान् भुंक्ते। स्वस्थं मनः स्ववशे तिष्ठति यस्य कामाः दासायन्ते। तदा मानवः स्वामी इव यथास्वं कामान् उपभुङ्क्ते। इदमेवान्तरं स्वस्थे अस्वस्थे वा मनसि।
